

Isabel de Santa Bárbara Narciso

Conjugalidades Satisfeitas mas Não Perfeitas
- À Procura do *Padrão Que Liga*

Dissertação de Doutoramento

Orientação Científica:

Professor Doutor Francisco X. Pina Prata

Professora Doutora Maria Emília Costa

Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação
Universidade de Lisboa

2001

m^o 8658

ULF P12720

TD-P

NAR * CON

Vol. 1

Conjugalidades Satisfeitas mas Não Perfeitas
- À Procura do *Padrão Que Liga*



Dissertação de doutoramento em Psicologia
(Psicologia Social - disciplina de Psicologia Social
Clínica) apresentada à Faculdade de Psicologia e de
Ciências da Educação da Universidade de Lisboa

Orientação:

Professor Doutor Francisco X. Pina Prata

Professora Doutora Maria Emília Costa

Lisboa - 2001

Este trabalho foi parcialmente financiado pela Fundação para a Ciência e a Tecnologia, no âmbito da Praxis 1998.

*Em memória de minha mãe,
Georgette, com quem aprendi
a ternura, o riso, e a força.*

*Em memória dos meus pais do
coração, Deolinda e Acácio;
que me acenderam as luzes de
presença, quando o quarto
ficou escuro.*

*Para as minhas
filhas, Sandra e
Sílvia.*

*Para o Rui, meu
amor.*

Agradecimentos

O trabalho realizado. Escrever a última página, a última linha, a última palavra. Ponto final. Subitamente, ondas de plenitude e de vazio. Maré cheia. Ao fundo o rio, manto de azuis, por um momento as margens esquecidas inventando horizontes.

Olhar para trás, recordar cenários, livros, leituras, computador, papel, noites, dias e tardes, dores e risos, sabor a solidão. Intenso, inevitável, necessário. Sabor partilhado, também. Com muitos outros. Não fossem os outros...

Agradecer! Infinitamente.

Ao Professor Pina Prata, e à Professora Emília Costa, meus orientadores, por tudo quanto aprendi com eles, pelo cuidado com que me seguiram e me conduziram ao longo deste percurso de investigação. À Professora Emília Costa, agradeço também a presença, a ternura e o apoio forte nos meus momentos de maior fragilidade. Ao Professor Pina Prata, a minha gratidão pela simplicidade com que oferece a sua sabedoria, fonte permanente e inesgotável que, ao longo dos anos, me tem ensinado a ser, pensar, e fazer.

À Professora Adelina Lopes da Silva, agradeço a disponibilidade e o apoio que me proporcionou em momentos cruciais deste percurso.

Dos meus colegas da Faculdade, em especial da Dra. Maria Teresa Ribeiro, Professora Maria José Chambel, Dr. Luís Curral, Dr. Wolfgang Lind e Professora Rosa Novo, guardarei imagens de força e incentivo. À Dra. Maria Teresa Ribeiro e ao Dr. Wolfgang Lind, agradeço também todo o apoio que deles recebi, e todos os momentos em que, na Faculdade, fizeram eles o que deveria ser trabalho meu.

À Dra. Paula Mena Matos, minha colega da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto, um "obrigada" especial pela sua disponibilidade, preocupação e carinho, e pelas pacientes explicações sobre o Questionário de Vinculação Amorosa.

Aos alunos, em particular os do ano lectivo 2000/2001, a quem não dei a atenção e a presença que mereciam.

A todos os que mais directamente me ajudaram na realização da investigação e do relatório final: à Dra. Fernanda Bento pelas horas (telefónicas) de partilha de ideias, e pela preciosa ajuda no tratamento estatístico e no "tratamento pedagógico"

do texto; à Dra. Ana Isabel Pereira, pela condução de parte das entrevistas, e pela ajuda final na verificação da bibliografia, nos arranjos gráficos e nas impressões do texto; ao Dr. Rui Vieira, pela imensa disponibilidade na fase final de arranjos gráficos e impressão do texto; à Dra. Maria Teresa Ribeiro, que fez a revisão final de todo o texto; ao Rui Davide que me substituiu muitas vezes frente ao computador, escrevendo a bibliografia e passando a limpo tabelas e textos manuscritos; à Paula Marujo que também participou na revisão do texto; à Isabel Fernandes que transcreveu quase todas as entrevistas; à Margarida Narciso, que colaborou na transcrição das entrevistas; à D. Bernardette Teixeira, e à Dra. Alexandra Roçadas, pela colaboração na constituição da amostra. Um "obrigada" especial à Ana Isabel Pereira, e à Maria Teresa Ribeiro; à Fernanda Bento, expresso a minha gratidão infinita. Apesar dos limites inerentes às suas próprias vidas, nunca deixaram de perder tempo comigo.

À Dra. Ana Paula Caetano, que, num gesto de amizade e partilha, me cedeu três das suas pinturas para ilustrar o texto.

A todos os participantes do meu estudo - os "meus casais" - que gentilmente me "abriram as janelas com vista para a sua conjugalidade", tornando possível esta investigação.

À D. Fátima Fernandes, meu "anjo da guarda", que ao longo de muitos anos, tem cuidado de mim e das minhas filhas, velando para que nada nos falte e para que me "sobre tempo".

A todos os amigos que sempre estiveram comigo, que tornaram permanentes dias de luz e amizade, e que compreenderam e respeitaram as minhas ausências. Em particular, agradeço à Paula Caetano, à Ana Isabel Pereira, à Maria Teresa Ribeiro, e à Fernanda Bento.

À minha família - meu irmão, Aníbal, minha cunhada, Inês, e meus sobrinhos, Margarida e Hugo; meus sogros, Ivone e Rui, meus cunhados, Paula e Zé Pardal, e meus sobrinhos, Zé e Sofia; minha irmã do coração, Ana Maria; minha tia Detta -, agradeço o carinho, a presença, e a paciência.

Em especial, ao Rui, meu amor, agradeço a força que me deu, sempre embrulhada em papel de carinho, o apoio incondicional em todos os momentos, a presença forte a lembrar-me que também a solidão pode ser partilhada.

Por último, às minhas filhas, Sandra e Sílvia, um "obrigada" infundo porque todos os dias acrescentam amor à minha vida. A minha gratidão por tantas palavras, pinturas, prendas e gestos, tantos abraços e beijos, tanta vida a lembrar-me o quanto sou feliz.

ÍNDICE GERAL

Introdução	1
I - Revisão da Literatura	13
1. Conjugalidade - na rota do bem estar	15
1.1. O bem estar percebido	15
1.2. Para investigar o bem estar	19
1.3. Satisfação conjugal - A metáfora do puzzle	26
2. Factores Centrípetos	45
2.1. Processos Afectivos	45
2.1.1. À Procura dos Contornos Conceptuais do Amor	45
2.1.1.1. No Rasto do Amor	51
2.1.1.1.1. A descrição de algumas Teorias do Amor	59
2.1.2. Proposta de uma Reconceptualização dos Processos Afectivos	78
2.1.3. A Intimidade - uma Estrada de Amor	87
2.1.3.1. A Essência da Relação	87
2.1.3.2. Os sentidos de Intimidade	88
2.1.3.3. A Intimidade sentida	92
2.1.3.3.1. Os "fios" da Intimidade	94
2.1.3.3.1.1. Partilha e auto-revelação	94
2.1.3.3.1.2. Apoio Emocional	96
2.1.3.3.1.3. Confiança	103
2.1.3.3.1.4. Mutualidade	103
2.1.3.3.1.5. Interdependência	108
2.1.3.3.1.5.1. O ciúme: um sentimento revelador de desequilíbrio ao nível da interdependência	110
2.1.3.3.1.6. Sexualidade	113
2.1.4. Compromisso - um Destino de Amor... ou de Estabilidade	117
2.2. Processos Comportamentais	127
2.2.1. Comunicação e Conjugalidade	127
2.2.1.1. Qualidade da Comunicação	130
2.2.1.1.1. A Codificação e a Descodificação como fontes potenciais de enriquecimento ou de pobreza da comunicação	130
2.2.1.1.2. Positividade vs. Negatividade na Interação	134
2.2.1.1.3. Padrões de Comunicação Disfuncionais - alguns exemplos	138
2.2.1.1.4. A Comunicação Construtiva	140
2.2.2. Competências interactivas ao nível da resolução de conflitos/problemas	142
2.2.2.1. A inevitabilidade dos conflitos	142
2.2.2.2. As reacções ao conflito	143
2.2.2.2.1. Tipologias de reacção ao conflito	146
2.2.2.2.1.1. A Teoria da Acomodação	146
2.2.2.2.1.2. A tipologia de Fitzpatrick	151
2.2.2.2.1.3. A tipologia de Canary e Cupach	153

amor

intimidade

2.2.2.3. As diferenças de género	153
2.2.3. Controlo Relacional	156
2.2.3.1. Tomada de decisões	160
2.2.3.2. Distribuição de responsabilidades	162
2.3. Processos Cognitivos	167
2.3.1. As cognições como factores nodais na conjugalidade	167
2.3.2. Pressupostos e Padrões	170
2.3.3. Percepções	177
2.3.4. Expectativas	189
2.3.5. Atribuições	193
3. O Tempo ou Percurso de Vida	205
4. Factores Centrífugos	219
4.1. Factores Contextuais	220
4.1.1. <u>Rede Social</u>	220
4.1.2. <u>Família de Origem</u>	224
4.1.3. <u>Trabalho Profissional</u>	227
4.2. Factores pessoais	229
4.2.1. <u>Características da personalidade</u>	229
4.2.2. <u>Motivação para a Relação</u>	234
5. Pontos Nodais na Síntese Teórica	239
5.1. Das fronteiras difusas entre conceitos: a necessidade de nitidez conceptual	240
5.2. Da ausência do tempo e do simplismo: a necessidade de uma concepção complexa e não linear	245
5.3. Dos limites metodológicos: a necessidade de metodologias qualitativas e de estudos longitudinais	247
II - Estudo Empírico	249
6. O Contorno Metodológico	253
6.1. A Investigação Qualitativa - o quadro de referência de uma opção	253
6.2. Investigação Qualitativa - Raízes, Contornos e Características	258
6.3. A Avaliação da Investigação Qualitativa	264
7. A Concepção e o Processo de Realização do Estudo Prático	271
7.1. O Desenho da Investigação	271
7.1.1. A Questão Inicial	272
7.1.2. O <i>Puzzle</i> Conceptual	272
7.1.2.1. Objectivos	273
7.1.2.2. O Mapa Conceptual	274
7.1.2.2.1. A Explicitação do Mapa Conceptual	277
7.1.2.2.2. A Explicitação das Variáveis consideradas no Mapa Conceptual	280
7.1.2.3. As Questões de Investigação e Hipóteses prévias	282
7.1.3. A Estratégia Metodológica de Investigação	287

7.1.3.1. <i>A Grounded Theory</i>	287
7.1.3.2. Estudo de Casos	289
7.1.3.3. A Amostra - Selecção e Caracterização	290
7.1.3.3.1. O Processo de Selecção	290
7.1.3.3.2. A Caracterização da Amostra	291
7.1.3.4. Os Métodos Utilizados na Recolha de Dados	295
7.1.3.4.1. A Utilização da Entrevista Semi-Estruturada na Investigação	297
7.1.3.4.2. A Utilização de Escalas na Investigação	298
7.1.3.4.2.1. Escala de Avaliação da Satisfação em Áreas da Vida Conjugal (EASAVIC)	299
7.1.3.4.2.2. Questionário de Vinculação Amorosa (QVA)	303
7.1.4. A Análise dos Dados	308
7.1.4.1. O Processo de Codificação	309
7.1.4.1.1. Descrição detalhada dos procedimentos no processo de codificação	313
7.1.4.2. A Análise Comparativa - análise circular evolutiva entre o singular e o particular	343
7.1.4.3. A Análise Quantitativa dos Dados	345
8. Descrição Sumária da Análise Qualitativa de Resultados	347
8.1. Análise das singularidades - descrição sumária de cada caso	348
8.2. Análise comparativa global - descrição dos resultados	416
9. Discussão dos Resultados	443
9.1. Conjugalidades Satisfeitas mas Não Perfeitas: das Insatisfações na Satisfação aos Limites da Imperfeição	443
9.1.1. Uma Perspectiva Dialéctica da Satisfação	443
9.1.1.1. Padrões de Percepção - diferenças entre os casais	445
9.1.1.2. Padrões de Percepção - Análise de correlações	455
9.1.2. A Qualidade Conjugal na Satisfação Conjugal - <i>O Padrão que Liga</i>	461
9.1.2.1. Padrões de Satisfação Conjugal	498
9.1.2.2. Padrões de Qualidade Conjugal	506
9.1.2.2.1. A Qualidade da Comunicação	506
9.1.2.2.2. O Controlo Relacional - Equitatividade e Equidade	513
9.1.2.2.3. A Auto-Revelação/Partilha	519
9.1.2.2.4. O Apoio Emocional	531
9.1.2.2.5. Confiança	534
9.1.2.2.6. Mutualidade	537
9.1.2.2.7. Interdependência	543
9.1.2.2.8. Intimidade	549
9.1.2.2.9. Compromisso Pessoal	554
9.2. Cores Semelhantes e Tonalidades Diferentes	557
9.2.1. O Tempo ou Percurso de Vida Conjugal	557
9.3. Os Processos Afectivos como Pontos Nodais da Conjugalidade - a metáfora do <i>puzzle</i> : segunda versão	575
Conclusão	581

ÍNDICE de FIGURAS

Figura 1. Conceptualização dos Processos Afectivos	86
Figura 2. Mapa Mental	278
Figura 3. Enquadramento da Estratégia Metodológica da Investigação	287
Figura 4. Processo de Selecção da Amostra	292
Figura 5. Enquadramento dos Métodos Utilizados	295
Figura 6. Enquadramento da Análise dos Dados	308
Figura 7. Interactividade no Processo de Análise de Dados	308
Figura 8. Rede de Relações Categorias	342
Figura 9. Processo de Análise Comparativa	345
Figura 10. Quatro Padrões de Percepção	446
Figura 11. Diferenciação de dezasseis Padrões de Percepção organizados em três categorias de Padrões de Percepção	447
Figura 12. Categorização dos casais da amostra relativamente aos dezasseis Padrões de Percepção	449
Figura 13. O Puzzle "re-descoberto"	578

ÍNDICE de GRÁFICOS

Gráfico 1. Distribuição da amostra por tempo de casamento	293
Gráfico 2. Número de filhos por casal	294
Gráfico 3. Quantidade de Comunicação	478
Gráfico 4. Percepção sobre a Quantidade de Comunicação	479
Gráfico 5. Frequência de Conflitos	480
Gráfico 6. Percepção sobre a Frequência de Conflitos	480
Gráfico 7. Percepção sobre o Poder Decisional	481
Gráfico 8. Percepção sobre a Distribuição de Tarefas	482
Gráfico 9. Intensidade dos Sentimentos	483
Gráfico 10. Percepção sobre a Expressão de Sentimentos	483
Gráfico 11. Qualidade da Empatia	484
Gráfico 12. Tempos Livres Familiares/Sociais - Qualidade e Quantidade	485
Gráfico 13. Tempos Livres de Casal - Qualidade e Quantidade	486
Gráfico 14. Sexualidade - Qualidade e Frequência	487
Gráfico 15. Expectativas	488
Gráfico 16. Similitude	489
Gráfico 17. Ajustamento	490
Gráfico 18. <i>Clusters</i> : Comunicação e Conflito (Quantidade e Percepção)	492
Gráfico 19. <i>Clusters</i> : Processo Decisional e Distribuição de Tarefas	493
Gráfico 20. <i>Clusters</i> : Qualidade da Sexualidade e Frequência de Relações Sexuais	494
Gráfico 21. <i>Clusters</i> : Outras variáveis de 1ª ordem	495
Gráfico 22. <i>Clusters</i> : Intimidade	496
Gráfico 23. <i>Clusters</i> : Compromisso Pessoal	497
Gráfico 24. <i>Clusters</i> : Percepções Globais	498
Gráfico 25. <i>Clusters</i> : EASAVIC	504

ÍNDICE DE QUADROS

Quadro 1. Teorias Estruturais e Processuais	56
Quadro 2. As Questões de Investigação	284
Quadro 3. Distribuição da amostra por nível de escolaridade	294
Quadro 4. Grupo sem Risco vs. Grupo de Risco	476
Quadro 5. Qualidade da Comunicação (I) - Intensidade das correlações encontradas	507
Quadro 6. Qualidade da Comunicação (II) - Intensidade das correlações encontradas	509
Quadro 7. Qualidade da Comunicação (III) - Intensidade das correlações encontradas	510
Quadro 8. Quantidade da Comunicação (IV) - Intensidade das correlações encontradas	513
Quadro 9. O Controlo Relacional - Intensidade das correlações encontradas	518
Quadro 10. Auto-Revelação/Partilha (I) - Intensidade das correlações encontradas	520
Quadro 11. Auto-Revelação/Partilha (II) - Intensidade das correlações encontradas	521
Quadro 12. Auto-Revelação/Partilha (III) - Intensidade das correlações encontradas	524
Quadro 13. Auto-Revelação/Partilha (IV) - Intensidade das correlações encontradas	525
Quadro 14. Auto-Revelação/Partilha (V) - Intensidade das correlações encontradas	526
Quadro 15. Auto-Revelação/Partilha (VI) - Intensidade das correlações encontradas	528
Quadro 16. Auto-Revelação/Partilha (VII) - Intensidade das correlações encontradas	529
Quadro 17. Apoio Emocional - Intensidade das Correlações encontradas	532
Quadro 18. Confiança (I) - Intensidade das correlações encontradas	535
Quadro 19. Confiança (II) - Intensidade das correlações encontradas	536
Quadro 20. Mutualidade (I) - Intensidade das correlações encontradas	538
Quadro 21. Mutualidade (II) - Intensidade das correlações encontradas	539
Quadro 22. Mutualidade (III) - Intensidade das correlações encontradas	540
Quadro 23. Mutualidade (IV) - Intensidade das correlações encontradas	541
Quadro 24. Mutualidade (V) - Intensidade das correlações encontradas	542
Quadro 25. Interdependência (I) - Intensidade das correlações encontradas	543
Quadro 26. Interdependência (II) - Intensidade das correlações encontradas	544
Quadro 27. Padrões de Vinculação predominantes - Grupo Sem Risco	547
Quadro 28. Padrões de Vinculação predominantes - Grupo de Risco	548
Quadro 29. Intimidade - Intensidade das correlações encontradas	552
Quadro 30. Compromisso Pessoal - Intensidade das correlações encontradas	556

INTRODUÇÃO

Este trabalho insere-se no contexto da Psicologia da Família, e tem como finalidade última o estudo da conjugalidade - particularmente a satisfação e a qualidade conjugal -, cuja compreensão pretende contribuir para o enriquecimento da investigação, da prevenção e da intervenção terapêutica. Finalidade que contém, em si, o princípio, o fim, e todo o desenvolvimento do também processo que se pretende uma investigação. Contudo, e inevitavelmente, princípio, desenvolvimento e fim, apenas em esboço de intenções, sujeito a mais ou menos alterações, como acontece com todos os processos vivos, onde a informação é diferença, e a diferença é mudança (Bateson, 1987).

Tratando-se de uma investigação no âmbito da Psicologia da Família, e seguindo a lógica a esta inerente (Pinsof, 1982), pretende-se, aqui, estudar casais que, numa aceção de normalidade como saúde e como processo (Offer, & Sabshin, 1966; in Walsh, 1982), podem ser considerados sãos. Ou, por outras palavras, pretende-se a compreensão do “positivo”, do saudável, enquanto contributo directo para a prevenção na família, e contributo indirecto para a intervenção terapêutica. Durante largas décadas, os estudos sobre família e conjugalidade utilizaram populações ditas clínicas, chegando assim ao conhecimento do “saudável” a partir do entendimento do “não saudável” (Pinsof, 1982). Ainda que, actualmente, e, sobretudo, graças aos contributos da Psicologia da Família, esta situação ao nível da investigação tenha sofrido grandes alterações, são ainda ruros os estudos que incidem exclusivamente em populações ditas sãs.

Sendo a Psicologia da Família o contorno mais lato desta investigação, estarão assim subjacentes conceitos que advêm dos seus alicerces teóricos - a Teoria Geral dos Sistemas, e a Teoria da Comunicação - e das áreas da Psicologia que em muito contribuíram para a sua origem - a Psicologia do Desenvolvimento, a Psicologia Social e a Psicologia Clínica, em especial, a Terapia Familiar (Pinsof, 1982).

Tomando como referência uma perspectiva sistémica complexa (Morin, 1994), a família será, então, considerada como um sistema vivo, aberto, complexo, dinâmico e criativo, marcado por uma história não linear que se desenvolve ao longo do tempo. Nesta perspectiva serão, pois, considerados processos não só individuais, não só inter-relacionais, mas processos que resultam da interacção entre uns e outros, ou seja, processos que não passam unicamente pelo sistema de inter-relações familiares, ou, dado o foco da investigação na conjugalidade, pelo sistema de inter-relações conjugais, mas que incluem a particularidade de cada elemento do casal nesse sistema (Pinsof, 1994), indivíduo-pessoa esse que, segundo Pina Prata, se define, numa perspectiva sistémica, como, “radicando num processo interactivo de um dado sistema de relações” (Pina Prata, 1991), influenciando e sendo por ele influenciado.

Conjugalidade é, então, a área sobre a qual incide o foco deste estudo, recortando-se, assim, um contorno no contorno mais lato que é a família. Contorno movediço e vivo, porque quando se fala de conjugalidade é de vida que se fala, e não de coisa ou objecto. E, como dizia Bateson, a propósito de *Alice no País das Maravilhas*, “teve tudo de ser «vivo» para se fazer uma confusão completa” (Bateson, 1989, p.52). É essa “confusão completa” que se pretende, aqui, interrogar. Mas, para se pensar as confusões, no dizer de Bateson, é necessário manter o “nosso pensamento

numa espécie qualquer de ordem (...)’ (idem, 1989, p.31). Essa ordem corresponde, nesta investigação, à escolha de um ponto nodal da conjugalidade: a satisfação conjugal.

A satisfação conjugal tem sido, nas duas últimas décadas, uma área de grande investigação no âmbito da Psicologia da Família (Markman, 1992; Glenn, 2001), dada a sua centralidade para a compreensão quer das relações conjugais, quer das relações familiares (Glenn, 2001) e dos factores que a afectam quer de um modo positivo, quer de um modo negativo. Numa época em que as taxas de divórcio atingem valores crescentes e, de um modo geral, próximos dos 50%, sem que tal signifique uma preferência por uma vida celibatária como o demonstram os valores também elevados de recasamentos (Costa, 1994) - cerca de 75% -, estudos sobre conjugalidade parecem fundamentais para entender como, e utilizando uma metáfora de Philippe Caillé, “uma corrente extremamente forte à superfície das águas” modificou “completamente, no espaço de duas gerações, as condições de navegação” (Caillé, 1991, p.134). É importante que tais estudos, como aliás refere Markman, incluam temáticas centrais para a compreensão da conjugalidade, como o são a satisfação conjugal, o amor e o envolvimento na relação (Markman, 1992).

A satisfação conjugal, de acordo com vários autores, pode ser avaliada pela extensão em que os comportamentos do casal provocam mais sentimentos de prazer do que de desprazer em cada um dos seus membros, ou seja, a medida em que a avaliação das recompensas - percepção positiva - é superior à dos custos - percepção negativa. Referem ainda que a satisfação é susceptível de ser avaliada através da comunicação afectiva entre os membros do casal, dado que os cônjuges mais satisfeitos parecem

expressar mais ternura e menos hostilidade do que os cônjuges menos satisfeitos (Gottman & Silver, 2000; Huston & Vangelist, 1991).

Grande parte dos estudos sobre satisfação têm incidido na investigação da relação entre satisfação e comunicação e conflito. Howard Markman tem sido um dos autores que mais se tem dedicado a esta temática, tendo mesmo implementado programas de prevenção, dado que, e de acordo com os resultados dos seus estudos, a qualidade da comunicação do casal e a sua capacidade para lidar com os conflitos são fortes preditores do sucesso e satisfação conjugal (Markman, 1986, 1987, 1989, 1990, in Narciso, 1994). Muitos outros autores, como Huston, Vangelist, Gottman, Griffin, Fincham, Bradbury, Levenson, Krokoff e Walsh, têm, na última década, desenvolvido investigações em torno desta problemática, relacionando comunicação, conflitos e satisfação conjugal. Estes e outros autores têm também realizado investigações cujo eixo central é a satisfação conjugal e a relação com variáveis de índole mais cognitiva, tais como atribuições, percepção, crenças e expectativas, e com variáveis de um nível mais afectivo, como o compromisso/investimento e a intimidade (Narciso, 1994).

Neste estudo, será seguida a aceção de satisfação conjugal de Thompson (1988), de acordo com a qual, a satisfação conjugal implica uma avaliação pessoal e subjectiva do casamento. Talvez devido a este carácter subjectivo da avaliação individual relativamente a um tecido relacional, a satisfação conjugal tem-se revelado uma área difícil de investigar, e marcada por algumas limitações:

➤ A fragmentação inerente aos estudos sobre satisfação, relacionando-a apenas com um número restrito de variáveis, e perdendo,

portanto, a dimensão holística, bem como o seu carácter de complexidade dinâmica;

➤ A maior preocupação com a mensurabilidade da satisfação e, portanto, com a sua dimensão quantitativa, em detrimento do estudo da sua natureza (Kazak, 1988; Whisman, 1997), da compreensão dos processos a ela inerentes, perdendo-se, pois, a sua dimensão qualitativa;

➤ A indiferenciação, ou a diferenciação pouco clara, entre satisfação, qualidade, funcionalidade, e ajustamento conjugal;

➤ A exclusão, ou minimização, do amor, enquanto indicador da satisfação conjugal, sobrevalorizando-se indicadores relativos à funcionalidade conjugal;

➤ A concepção de satisfação como utopia, ou seja, a avaliação da satisfação conjugal pela distância/proximidade relativamente a uma satisfação ideal;

➤ A avaliação da satisfação conjugal através de critérios externos ao indivíduo ou ao casal, não considerando o carácter pessoal e subjectivo da avaliação conjugal.

Assim, e numa tentativa de ultrapassar algumas destas limitações, proceder-se-á, neste estudo, a uma análise mais qualitativa de vários processos inerentes à conjugabilidade - procurando conjugar uma análise individual com uma análise holística dos mesmos -, respeitando o carácter pessoal, subjectivo e complexo da satisfação conjugal.

Deste modo, e num sentido de maior congruência com um quadro teórico que defende uma perspectiva de complexidade sistémica da conjugabilidade, optámos por uma metodologia qualitativa de investigação -

entendendo, por metodologia, a reflexão que orienta o percurso de uma investigação, a sua concepção, a escolha dos métodos e a sua pragmática.

Durante muito tempo, a abordagem quantitativa dominou o mundo da investigação, sendo considerada sinónimo de “boa ciência” (Patton, 1978). Só a partir dos anos 70, em muitas áreas - psicologia, sociologia, linguística, estudos organizacionais, investigação educacional, análise política, etc. - se começaram a utilizar abordagens mais qualitativas. A opção por uma ou outra abordagem - ou por ambas - depende dos objectivos que se pretendem alcançar (Bordan & Biklen, 1992). A investigação quantitativa, hipotético-dedutiva, tem como finalidade a previsão dos fenómenos e centra-se no estabelecimento dos factos, na demonstração de relações entre variáveis, nas descrições estatísticas, etc., possibilitando a acumulação de dados sobre uma grande quantidade de sujeitos sem qualquer contacto pessoal, ou onde a relação com estes é circunscrita, breve e distante (Janesick, 1994 in Denzin & Lincoln, 1994). Na recolha de dados são utilizados esquemas estruturados, pré-determinados e formais. Os dados são quantitativos, quantificáveis, numéricos e obtêm-se, em geral, através de inquéritos, entrevistas estruturadas, questionários, escalas, testes numéricos, etc. A análise dos dados é dedutiva, estatística e ocorre no final da recolha de dados (Bogdan & Biklen, 1992).

A investigação qualitativa enfatiza processos e significados que não são avaliados ou medidos em termos de quantidade, intensidade ou frequência. Permite “compreender o significado das vidas dos participantes através dos próprios termos dos participantes” (Janesick, 1994 in Denzin & Lincoln, 1994, p.210). Tem como fonte directa dos dados o contexto natural dos participantes e o investigador é o instrumento chave na recolha e/ou na análise dos dados; os dados recolhidos apresentam-se mais na forma de

palavras ou imagens do que de números, e destinam-se a uma análise mais centrada nos processos do que nos resultados ou produtos; a análise dos dados tende a ser indutiva, não procurando tanto confirmar ou infirmar hipóteses prévias ao estudo. Pelo contrário, frequentemente a teoria emerge a partir da relação entre a recolha e a análise dos dados; os significados, ou seja, as perspectivas dos participantes, são a preocupação principal da abordagem qualitativa (Bogdan & Biklen, 1992).

A investigação qualitativa permite a utilização de métodos qualitativos e métodos quantitativos, uma vez que estes podem servir para delinear padrões gerais, enquanto os primeiros revelam processos e perspectivas (Bryman & Burgess, 1994). Contudo, nesta investigação, os métodos qualitativos terão um carácter central, dada a sua aplicabilidade aos estudos sobre a família numa perspectiva sistémica. A abordagem qualitativa parece ser mais congruente com a perspectiva sistémica, já que ambas enfatizam o contexto, a multiplicidade de perspectivas, a complexidade, as diferenças individuais, a causalidade circular, a visão holística, e a visão processual dos fenómenos (Moon, Dillon & Sprenkle, 1990).

Será utilizada a *Grounded Theory*, que não é senão uma metodologia para o desenvolvimento de teorias que se baseia numa recolha e análise sistemática dos dados. É esta ênfase no desenvolvimento da teoria - característica central da *Grounded Theory* - que a diferencia de outras metodologias qualitativas. A teoria emerge no decurso da investigação através de uma interacção contínua entre análise e recolha de dados, e implica uma análise comparativa contínua, caracterizando-se pela elaboração sistemática de questões sobre relações entre conceitos, pela geratividade de conceitos, por amostras seleccionadas em função da teoria (*theoretical*

sampling), procedimentos sistemáticos de codificação, densidade conceptual (riqueza do desenvolvimento de conceitos e de relações entre estes), variação considerável de significados e integração conceptual (Strauss & Corbin, 1994; Richards & Richards, 1994; *in* Denzin & Lincoln, 1994). A teoria pode ser gerada pelos dados desde o início, ou, se existirem já teorias adequadas à área de investigação, podem ser reelaboradas ou modificadas através da análise de dados (Strauss & Corbin, 1994 *in* Denzin & Lincoln, 1994). Esta metodologia adequa-se sobretudo a investigações onde predominam questões que se centram nos processos, ou seja, questões sobre *o quê, como, por quem, quando, onde e que consequências* (Strauss & Corbin, 1994; Morse, 1994; *in* Denzin & Lincoln, 1994), sendo um modo de pensar sobre os dados e de os conceptualizar, num contexto interactivo de recolha de dados e de análise de dados, onde o investigador é também um agente interactivo crucial e significativo (Strauss & Corbin, 1994; Richards & Richards, 1994; *in* Denzin & Lincoln, 1994; Bryman & Burgess, 1994).

Pretendemos que a ideia de complexidade sistémica seja o contorno não apenas da nossa teorização sobre a conjugabilidade, e do processo de investigação no estudo empírico que realizámos, mas também da sua descrição. Assim, neste relatório, se bem que cada parte tenha uma identidade própria, singular, não redutível ao todo, não é menos verdade que todas elas estão em interacção, perfazendo-se numa identidade comum.

Distinguimos, pois, para além da Introdução e Conclusão, duas partes: a Revisão de Literatura (I), e o Estudo Empírico (II).

Na Revisão de Literatura, no capítulo 1 - *Conjugabilidade - na Rota do Bem Estar* - referimo-nos à conjugabilidade satisfeita que, ao contrário da conjugabilidade insatisfeita, é fonte de bem estar, uma vez que assume funções protectoras devido à relação de proximidade e intimidade que se

estabelece com um outro significativo, o que constitui um terreno rico em apoio emocional, aumentando a auto-estima e a autoconfiança, “instrumentos” essenciais para se lidar com o stress quotidiano.

Neste capítulo 1, partindo da revisão de literatura sobre satisfação e qualidade conjugal, e considerando os principais limites conceptuais e metodológicos inerentes à investigação sobre o tema, propomos uma concepção sistémica complexa da conjugalidade, procurando uma diferenciação conceptual mais clara entre qualidade e satisfação conjugal, e distinguindo diferentes factores - Factores Centrípetos, Factor Tempo ou Percurso de Vida Conjugal, e Factores Centrífugos - que mais ou menos directamente afectam a satisfação conjugal.

O capítulo 2 - *Factores Centrípetos* - encontra-se organizado em três subcapítulos: *Processos Afectivos*, *Processos Operativos ou Comportamentais*, e *Processos Cognitivos*. Em cada um destes subcapítulos, realizamos uma síntese da revisão de literatura, sugerindo, sempre que nos pareceu pertinente, algumas reconceptualizações, no sentido de um maior rigor na utilização de alguns conceitos.

Nos *Processos Afectivos*, reflectimos sobre a abundância de conceptualizações e tentativas de definição de amor, paixão, intimidade e compromisso; propomos uma clarificação conceptual a partir da conceptualização de Damásio (1995; 1999) sobre emoções e sentimentos; referimos duas classificações de teorias sobre o amor: a classificação de Tzeng (1993) e a classificação de Sternberg (1997), e sugerimos uma nova classificação; realizamos uma descrição sumária de algumas teorias sobre o amor; sugerimos uma reconceptualização dos *Processos Afectivos*; realizamos uma síntese de revisão de literatura sobre intimidade enquanto essência da relação: os sentidos de intimidade; a partilha e auto-revelação;

o apoio emocional; a confiança; a mutualidade; a interdependência; a sexualidade; realizamos uma revisão da literatura sobre compromisso, realçando diferentes acepções de compromisso: compromisso pessoal, estrutural e moral.

Nos *Processos Operativos ou Comportamentais*, partindo da revisão de literatura, reflectimos, particularmente, sobre comunicação, conflitos, resolução de conflitos e controlo relacional.

Nos *Processos Cognitivos*, desenvolvemos as cognições consideradas como factores nodais na conjugabilidade: pressupostos e padrões; percepções; atribuições e expectativas.

O capítulo 3 - *O Tempo ou Percurso de Vida Conjugal* - centra-se, particularmente, na influência do tempo de casamento; e na influência do nascimento e crescimento dos filhos na conjugabilidade.

→ No capítulo 4 - *Factores Centrífugos* - é realizada uma breve síntese da revisão de literatura sobre Factores Contextuais - Rede Social, Família de Origem, e Trabalho Profissional -, e Factores Pessoais - Características da Personalidade, e Motivação para a Relação. O Género Sexual, enquanto um dos Factores Demográficos, também incluídos nos Factores Centrífugos, é desenvolvido ao longo de todos os capítulos de síntese teórica, integradamente com os demais factores.

O capítulo 5 - *Pontos Nodais na Síntese Teórica* - pretende salientar aspectos considerados centrais na síntese realizada, sendo como que uma “ponte” de ligação entre a Revisão de Literatura e o Estudo Empírico.

A Parte II - *Estudo Empírico* - começa com o capítulo 6 - *O Contorno Metodológico* - onde se pretende: clarificar o enquadramento do

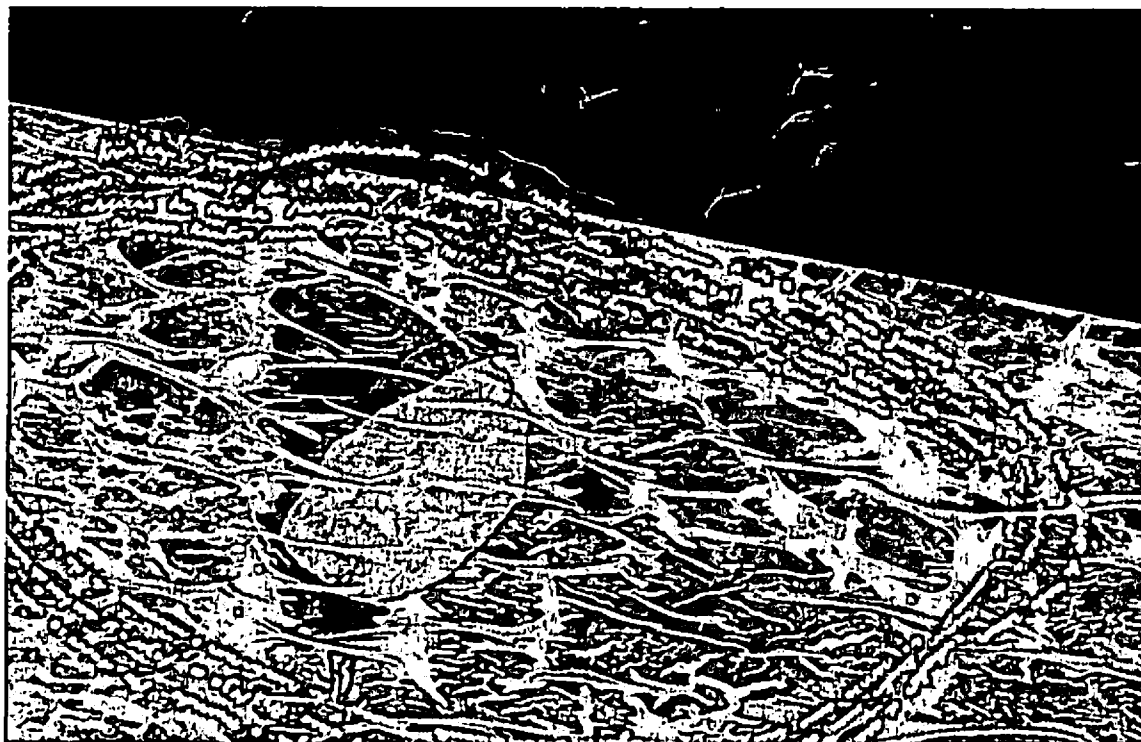
nosso estudo, enquanto Investigação Qualitativa, num Paradigma Pós-Positivista; caracterizar a Investigação Qualitativa; e salientar os índices que permitem a avaliação da Investigação Qualitativa.

No capítulo 7 - *A concepção e o Processo de Realização do Estudo Empírico* - pretende-se apresentar: o desenho da investigação (a questão inicial, o *puzzle* conceptual - objectivos, mapa conceptual, questões de investigação e hipóteses prévias), a estratégia metodológica de investigação - a *Grounded Theory* e o Estudo Comparativo de Casos, a selecção e a caracterização da amostra, e os métodos utilizados na recolha de dados; e o processo de análise dos dados.

No capítulo 8 - *Descrição Sumária da Análise Qualitativa de Resultados* -, é apresentada a descrição de uma análise das singularidades, ou seja, uma breve descrição de cada caso - ilustrada com excertos das entrevistas -, incidindo particularmente nas “forças” e “fragilidades” de cada casal, e uma análise comparativa da totalidade dos casos relativamente às diversas variáveis consideradas. A leitura deste capítulo deve ser complementada com o Apêndice 1, onde se apresenta a descrição detalhada de cada um dos participantes e casais da nossa amostra.

No capítulo 9 - *Discussão dos Resultados* - pretende-se uma reflexão sobre os resultados, articulando-os com a reflexão gerada a partir da síntese da revisão da literatura, permitindo, deste modo, enquadrá-los em teorias prévias, ou criar novas hipóteses teóricas.

Finalmente, na última parte deste relatório - *Conclusões ou Considerações Finais* -, realizamos uma síntese final dos aspectos mais relevantes do trabalho como um todo, procedemos a uma análise crítica do mesmo, e sugerimos algumas “pistas” para novas metas, quer ao nível da investigação, quer ao nível da intervenção preventiva ou terapêutica.

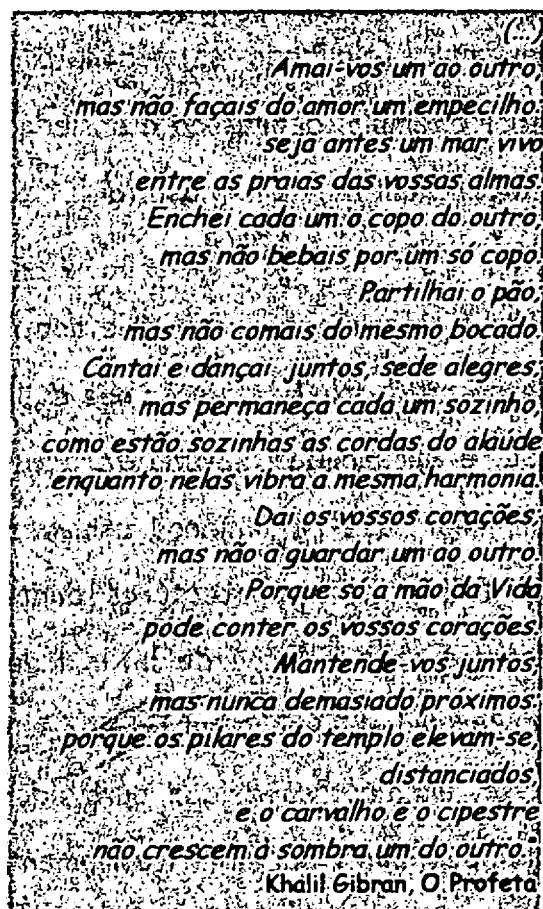


PARTE I

REVISÃO DE LITERATURA

CAPÍTULO 1

CONJUGALIDADE - NA ROTA DO BEM ESTAR



1.1. O Bem Estar Percebido

Olhar em volta e perceber casais. Encontros e desencontros. Encontros que se mantêm, se metamorfoseiam, e se fazem crescer. Poder-se-ia dizer qualidade conjugal? Encontros que apenas se mantêm. Poder-se-ia dizer tão só estabilidade conjugal? Encontros que se fazem caminho para outras estradas, outros encontros. Poder-se-ia dizer “na rota do divórcio”? Falamos de casais, de conjugalidades. E queremos entender os sentidos que os encontros tomam. Porque os tomam. Como os tomam.

“Bem-estar” pode ser uma palavra chave. A conjugalidade parece ser fonte de bem-estar. São diversos os estudos que sugerem que, na população casada, o nível de mortalidade é menos elevado, e o nível de bem estar é mais elevado do que na população não casada¹: menos casos de tratamento de saúde mental, mais indicadores positivos de bem estar psicológico (por exemplo: felicidade, satisfação com a vida) e menos indicadores negativos (por exemplo: depressão e ansiedade); na população casada, as doenças, os internamentos (em hospitais de saúde física, de saúde mental, em instituições correctivas, em lares de protecção) e a taxa de morte são significativamente menos elevados do que na população não casada. Será, porventura, tal bem estar que explica a elevada taxa de casamentos a par da, e apesar da, elevada taxa de divórcios: mais de 90% da população mundial casa pelo menos uma vez durante a vida. O casamento parece assumir funções protectoras, dado que a ligação a alguém significativo e a consequente relação de intimidade constituem um terreno rico em apoio emocional, o que aumenta a auto-estima e a autoconfiança, constituindo, por isso, um recurso eficaz para lidar com o stress². Um outro factor que também contribui significativamente para o bem estar é o apoio económico que parece ser maior entre a população casada (Ross, 1995). É, no entanto, de salientar que o casamento parece beneficiar mais os homens do que as mulheres (Acitelli & Antonucci, 1994; Dickson, 1997; Glenn, 2001; Levenson, Carstensen & Gottman, 1994; Steil, 1997).

¹ Dada a elevada quantidade de autores que relatam esta relação entre conjugalidade e bem estar, optamos pela sua referência em nota de rodapé para não sobrecarregar o texto. Assim, e neste caso, encontram-se, entre outros: Acitelli, 1996; Berscheid & Lopes, 1997; Clements, Cordova, Markman & Laurenceau, 1997; Dandeneau & Johnson, 1994; Fowers, 1998; Glenn & Weaver, 1981; Glenn, 1990; Glenn, 1998; Glenn, 2001; Gottman, 1998; Gove, Style, Hughes, 1990; Griffin, 1993; Holtzworth-Munroe & Jacobson, 1991; Horwitz, White & Howell-White, 1996; Lee, Seccombe & Shehan, 1991; Mastekaasa, 1992; Matthews, Wickrama & Conger, 1996; Oskamp, 1987; Rogers, 1995; Ross, Mirowski & Goldstein, 1990; Ross, 1995; Shackelford & Buss, 1997; Verbrugge, 1979; Walsh, 1991.

² Entre outros: Fowers, 1998; Gove *et al.*, 1990; Halford, Kelly & Markman, 1997; Heller & Wood, 1998; Lindahl, Malik & Bradbury, 1997; Ross, 1995.

Contudo, se o casamento é fonte de bem-estar, pode igualmente ser fonte de stress, e, assim, a associação entre casamento e bem-estar só é válida para casamentos felizes (Fincham & Bradbury, 1990b), ou seja, tal associação depende do nível de satisfação que o casamento proporciona. As pessoas que se sentem insatisfeitas na relação conjugal, que consideram frequentemente a possibilidade de ruptura, e que gostariam de mudar muitos aspectos da sua relação apresentam níveis mais elevados de stress do que pessoas não casadas (Ross, 1995). A investigação³ tem demonstrado que as pessoas que não estão felizes com o casamento são ainda mais vulneráveis do que as pessoas divorciadas a problemas de saúde física ou mental (maior risco de psicopatologias, maior incidência de doença física, suicídio, violência, homicídio e mortalidade por doença). São vários os estudos⁴ que revelam as fortes associações, especialmente nas mulheres, entre depressão e insatisfação conjugal. Outros autores referem, também, que o funcionamento imunológico individual depende fortemente da satisfação conjugal percebida, o que influencia a vulnerabilidade a infecções e outras doenças (Gottman & Silver, 2000; Halford, Kelly & Markman, 1997; Schmaling & Sher, 1997; Weiss & Heyman, 1997). Além do mais, a expressão dos sintomas, em caso de doença (particularmente nas doenças crónicas), parece variar em função da qualidade conjugal (Griffin, 1993; Walsh, 1991).

Tal fonte de stress – explicada, nos vários estudos realizados, por factores demográficos, contextuais, intrapessoais e/ou relacionais – poderá então contribuir para explicar a elevada percentagem de divórcios na

³ Entre outros: Fincham, Beach & Kemp-Fincham, 1997; Gotlib & McCabe, 1990; Glenn, 2001; Gottman, 1993; Halford & Bouma, 1997; Halford, Kelly & Markman, 1997; Weiss & Heyman, 1997.

⁴ Entre outros: Beach, Davey & Fincham, 1999; Cohan & Bradbury, 1997; Christian, O’Leary & Vivian, 1994; Cutrona, 1996; Davila *et al*, 1997; Halford & Bouma, 1997; Halford, Kelly & Markman, 1997; Horwitz, White & Howell-White, 1996; Kung, 2000; Noller, Beach & Osgarby, 1997; Såndberg & Harper, 1999; Schmaling, Whisman, Fruzzetti & Truax, 1991; Thomas, Fletcher & Lange, 1997.

sociedade ocidental - entre 43% a 67%⁵ -, tanto mais se considerarmos o actual contexto individualista, onde a procura da felicidade individual é um objectivo de vida crucial⁶: se o casamento não se traduz em felicidade individual - o que pode ser avaliado através do que Thibaut & Kelly (1959; *in* Berscheid & Lopes, 1997) denominaram por “nível de comparação”, ou seja, o padrão relativamente ao qual cada cônjuge avalia o grau de atractividade ou de satisfação da relação -, e se “fora” do casamento as alternativas são mais atraentes - o que pode ser avaliado através do que os autores referidos denominaram por “nível de comparação de alternativas”, ou seja, o padrão que cada cônjuge utiliza para decidir se fica ou sai da relação -, então a escolha é a “saída”, a ruptura, e, o mais das vezes, a procura do bem estar numa nova relação (Berscheid & Lopes, 1997; Drigotas & Rusbult, 1992; White, 1990). O amor e o casamento parecem ser a principal fonte de felicidade individual na vida. A satisfação conjugal parece contribuir mais para o bem estar pessoal do que o sucesso profissional, a religião, ou os bens materiais e financeiros em conjunto. Ter um casamento muito feliz parece ser quase imprescindível para se ser muito feliz (Fowers, 1998; Glenn, 1991; Glenn, 1998; Glenn, 2001).

Não surpreende, pois, a importância crescente do estudo da conjugualidade, dada as suas implicações quer ao nível da intervenção clínica, quer ao nível da intervenção preventiva.

⁵Booth e Amato (1991) referem que cerca de 5% dos casamentos terminam em divórcio nos primeiros três anos, e que, dos restantes casamentos, 5% terminam nos cinco anos seguintes. Também Aseltine e Kesler (1993; *in* Pickering, Dunn & Golding, 1999) verificaram que 4% dos casamentos terminam em separação ou divórcio nos três primeiros anos de casamento. Fisher (1992) refere que a moda dos casamentos se situa no 4º. ano de casamento, ou após o nascimento do segundo filho (o que tende a coincidir com os primeiros quatro anos de casamento). Pasch & Bradbury (1998) referem que 1/3 dos divórcios ocorre antes do 5º. ano de casamento. Quinn e Odell (1998) referem que cerca de 21% dos casamentos terminam nos dois primeiros anos, e que cerca de 40% terminam antes do 4º. ano.

⁶ Entre outras: Buehlman, Gottman & Katz, 1992; Costa, 1994; Fisher, 1992; Fowers, 1998; Glenn, 1991; Gottman, 1993; Gottman, 1998; Heaton, 1991; Heaton & Albrecht, 1991; Karney & Bradbury, 1997; Kurdeck, 1993; Matthews; Wickrama & Conger, 1996; Pickering, Dunn & Golding, 1999; Shackelford & Buss, 1997; Vaillant & Vaillant, 1993; White, 1990.

1.2. Para Investigar o Bem Estar

No estudo da conjugalidade, os temas associados ao bem estar – satisfação, qualidade, ajustamento, funcionalidade, felicidade, amor – assumem, naturalmente, um papel principal.

Contudo, através da revisão de literatura realizada, constatámos que tais estudos, não obstante o seu desenvolvimento crescente, têm sido pautados por limites conceptuais e metodológicos que urge ultrapassar para que o conhecimento da natureza da conjugalidade possa emergir com maior clareza e rigor.

Prossigamos, por ora, com uma síntese dos principais limites:

Primeiro limite - o emaranhamento conceptual;

Segundo limite - os instrumentos de medida;

Terceiro limite - a satisfação fragmentada;

Quarto limite - a "universalidade imutável" da satisfação;

Quinto limite - o amor ignorado;

Sexto limite - a construção das amostras;

Sétimo limite - o tempo esquecido.

Primeiro limite - o emaranhamento conceptual - Estuda-se a conjugalidade e, inevitavelmente, surgem palavras-chave: satisfação, qualidade, ajustamento, funcionalidade, amor e felicidade. E eis-nos, pois, perante um primeiro limite. Através da revisão de literatura verificámos que tais conceitos são, frequentemente, utilizados indiferenciadamente, falta de rigor conceptual que é, aliás, alvo de críticas e, nalguns casos, de tentativas de correcção por parte de vários autores⁷.

⁷ Entre outros: Aron & Henkemeyer, 1995; Attridge, Bersheis & Simpson, 1995; Berscheid & Lopes, 1997; Clements, Cordova, Markman & Laurenceau, 1997; Erbert & Duck, 1997; Feeney, Noller & Ward, 1997; Fincham, Beach & Kemp-Fincham, 1997; Glenn, 1990; Glenn, 1998; Hendrick, 1981; Hendrick & Hendrick, 1997; Johnson, Amoloza & Booth, 1992; Thompson, 1988; Whisman, 1997.

De acordo com Glenn (1998), existem duas escolas principais relativamente à conceptualização e avaliação da qualidade conjugal: a escola de “sentimentos individuais” e a escola de “ajustamento conjugal”. De acordo com a primeira - escola de “sentimentos individuais” -, a qualidade conjugal é definida como a avaliação subjectiva de cada cônjuge relativamente ao nível de felicidade da relação. Por isso mesmo, frequentemente, a qualidade conjugal é medida por autodescrições relativas à satisfação ou felicidade que as pessoas sentem no seu casamento, ou seja, medidas consideradas subjectivas, dado que avaliam atitudes e sentimentos individuais. Para a escola de “ajustamento conjugal”, a qualidade conjugal é uma característica da relação entre os cônjuges, utilizando-se, por isso, medidas ditas de ajustamento conjugal, mais objectivas, uma vez que avaliam aspectos da interacção relacional, tais como a comunicação e o conflito.

Sabatelli (1988; *in* Erbert & Duck, 1997), por sua vez, defende que a qualidade conjugal pode ser uma mistura de ajustamento e de satisfação, funcionando como um indicador global do estado da relação.

De acordo com Weiss e Heyman (1997), muitos teóricos e investigadores consideram que o construto de satisfação conjugal global inclui dois componentes diferentes, sendo um avaliativo - o sentimento ou componente atitudinal -, e o outro baseado no desempenho - o ajustamento ou componente baseado em competências. Utilizando analogicamente o conceito de conhecimento, os autores afirmam que a relação entre estes dois componentes é semelhante à relação entre o conhecimento enquanto produto (satisfação conjugal global referida) e o conhecimento enquanto processo de conhecer (acontecimentos relacionais que ocorrem no dia a dia).

Segundo limite - os instrumentos de medida - Um segundo limite diz respeito aos instrumentos de medida da satisfação conjugal. Se bem que existam várias medidas de satisfação, estas são, maioritariamente, instrumentos de autodescrição (“papel e lápis”) onde se pede aos participantes avaliações subjectivas das suas relações (Whisman, 1997). Tais instrumentos são limitativos, dado que:

- Têm como unidade de análise o indivíduo e não o casal (Acitelli, 1996; Fincham & Bradbury, 1990);

- Se referem a avaliações globais da relação, não considerando a especificidade de áreas ou domínios da relação, ou as variações ao longo do tempo, pressupondo uma concepção estática da conjugabilidade, e não contemplando a sua natureza processual, nem o carácter dialéctico de satisfação (Erbert & Duck, 1997; Fincham, Beach & Kemp-Fincham, 1997; Gottman & Silver, 2000; Whisman, 1997);

- Não consideram a influência cultural (Fincham, Beach & Kemp-Fincham, 1997);

- Nem sempre tais instrumentos de autodescrição são medidas puras de satisfação, na medida em que incluem não só itens avaliativos, mas também itens descritivos que avaliam comportamentos conjugais específicos (por exemplo: a frequência de relações sexuais, a existência de actividades conjugais conjuntas, a frequência de conflitos, o modo como tomam decisões, etc.). Estes itens descritivos, por se basearem na investigação empírica, podem ser índices válidos de ajustamento conjugal, mas não de satisfação conjugal (Blais *et al*, 1990; Feeney, Noller & Word, 1997; Whisman, 1997). Por exemplo, o ajustamento diádico, tal como é frequentemente avaliado através de medidas como a Dyadic Adjustment Scale (DAS; Spanier, 1976; *in* Blais *et al*, 1990) e o Marital Adjustment

Test (Locke & Wallace, 1959; *in* Blais *et al*, 1990), representa percepções de comportamentos conjugais adaptativos mais do que satisfação ou felicidade conjugal. Dos 10 itens referentes à subescala de satisfação da Dyadic Adjustment Scale, apenas um parece avaliar directamente a satisfação. De acordo com Blais *et al* (1990), o ajustamento diádico e a satisfação estão associados, dado que o ajustamento, ao representar os comportamentos conjugais adaptativos percebidos, é um antecedente da satisfação. Por isso, a distinção entre natureza, antecedentes e consequências da satisfação é central para o aprofundamento dos conhecimentos na área da conjugalidade:

➤ Existe uma grande sobreposição de conceitos próximos ou idênticos. Ou seja, a variável dependente - a medida de satisfação - inclui itens idênticos aos que se incluem nas medidas das variáveis independentes - as medidas dos correlatos da satisfação. (Whisman, 1997);

➤ Como muitos dos correlatos da satisfação são também medidos por instrumentos de autodescrição, a associação entre satisfação e tais correlatos pode ser inflacionada. Ou seja, indivíduos que tendem a dar respostas extremas numa medida de autodescrição, tendem a dar respostas extremas nas outras medidas; indivíduos que escolhem respostas socialmente desejáveis numa medida, fazem-no também para as outras medidas. Assim, se satisfação e correlatos da satisfação são avaliados por instrumentos de autodescrição, a relação entre tais medidas pode estar inflacionada (Whisman, 1997);

➤ Na avaliação dos correlatos da satisfação, as descrições dos participantes não são retratos precisos das variáveis medidas. Weiss (1980) verificou que as descrições são muito influenciadas pelas avaliações globais da relação por cada um dos cônjuges -, o que Weiss (1980) designou por

“inundação afectiva” -, ou seja, quando um cônjuge está feliz com o seu parceiro, faz avaliações positivas do parceiro, da relação e de si próprio, e quando não está feliz com o parceiro, faz avaliações negativas. Assim, seria necessária a utilização de vários métodos de avaliação dos correlatos da satisfação (Whisman, 1997). Além do mais, a capacidade de cada cônjuge fornecer uma descrição objectiva sobre a sua relação é questionável: são vários os estudos que mostram a pouca coincidência entre cônjuges relativamente a acontecimentos relacionais específicos, tais como, por exemplo, a frequência de relações sexuais (Fincham, Beah & Kemp-Fincham, 1997).

Terceiro limite - a satisfação fragmentada - Um terceiro limite apontado refere-se ao facto da maior parte dos estudos sobre satisfação conjugal investigar o papel de um único correlato da satisfação, não considerando outras variáveis que são importantes. Ao se investigarem correlatos isoladamente, não é possível aceder ao modo como se influenciam mutuamente, nem como tais relações entre correlatos influenciam a satisfação. Por exemplo, se os correlatos da satisfação estão altamente correlacionados, então a variância explicada por uma variável pode estar a ser partilhada com outra variável não medida (Whisman, 1997).

Quarto limite - a “universalidade imutável” da satisfação - Um quarto limite é o pressuposto implícito de que os correlatos de satisfação são semelhantes para todos os casais, o que subestima a possibilidade de tais correlatos variarem em função dos casais e em diferentes momentos das suas vidas (Levenson, Carstensen & Gottman, 1994; Whisman, 1997). Acitelli (1996) aponta como um limite da investigação sobre satisfação conjugal, o facto de grande parte dos estudos envolverem sobretudo amostras de casais jovens, e não tanto casais “de longa duração”.

... *Quinto limite - o amor ignorado* - Um quinto limite diz respeito ao facto de, só recentemente os estudos sobre conjugualidade contemplarem a importância do papel do amor na qualidade e/ou satisfação conjugal⁸. Uma análise dos instrumentos que pretendem avaliar a satisfação, qualidade ou ajustamento conjugal permite-nos apurar a valorização atribuída à funcionalidade - o modo como a relação “funciona”, em detrimento da valorização atribuída ao amor, isto é, “o que e como sente” cada cônjuge relativamente ao parceiro e à relação (Narciso, 1994).

... *Sexto limite - a construção das amostras* - O modo como são construídas as amostras de conveniência é outro dos limites apontados. Nos estudos sobre qualidade e/ou satisfação conjugal predominam amostras onde os casais são recrutados através de anúncios nos *mass media*, ou indivíduos ou casais que frequentam licenciaturas ou pós-graduações em Psicologia. Tal procedimento pode enviesar os resultados (Krokoff, 1987; Whisman, 1997).

Karney *et al* (1995) realizaram um estudo onde compararam casais seleccionados a partir de um anúncio nos *mass media*⁹ com casais seleccionados a partir dos registos de casamento¹⁰, relativamente a variáveis demográficas (idade, anos de educação, estatuto profissional, rendimento anual, etnicidade, e religião), experiência pré-conjugal (coabitação pré-conjugal e experiência de aconselhamento conjugal),

⁸ Entre outros: Aron & Henkemeyer, 1995; Markman, 1992; Richardson *et al*, 1985; Roberts, 1992; Willi, 1997; Whisman, 1997.

⁹ Amostra de 60 casais (de língua inglesa, recém casados, de primeiro casamento, sem filhos, com mais de 18 anos, e em que a mulher tinha menos de 35 anos, e com, pelo menos, 10 anos de escolaridade), seleccionados a partir de 350 casais que responderam ao anúncio pedindo voluntários para participarem num estudo sobre casamento.

¹⁰ Amostra de 60 casais (de língua inglesa, recém casados, de primeiro casamento, sem filhos, com mais de 18 anos, e em que a mulher tinha menos de 35 anos, e com, pelo menos, 10 anos de escolaridade), seleccionados a partir de 637 casais que responderam a um convite para participarem num estudo sobre casamento.

personalidade (sintomatologia depressiva e neuroticismo), e qualidade conjugal (avaliações globais do casamento, e avaliação da quantidade de desacordo em vários domínios, da resolução de conflitos, da coesão, e da comunicação). Os autores verificaram que, comparativamente com a amostra recrutada através dos registos de casamento, na amostra seleccionada através do anúncio nos *mass media*: os homens e mulheres eram mais novos, e tinham rendimentos anuais mais baixos; as mulheres tinham menos anos de escolaridade; havia menor diversidade étnica; os homens referiam a religião como menos importante; a quantidade de casais que coabitaram antes do casamento era significativamente maior; os homens e mulheres apresentavam mais sintomas depressivos e maior neuroticismo; em todas as medidas de qualidade conjugal, homens e mulheres referiam níveis mais baixos de satisfação conjugal.

Num outro estudo, Karney *et al* (1995), utilizando dados demográficos de registos de casamento, compararam uma amostra de casais que responderam a um convite para participarem num estudo sobre casamento com casais que não responderam ao convite. Os autores verificaram que, comparativamente com os casais que não responderam ao convite, nos que o aceitaram: o nível de escolaridade e o estatuto profissional eram mais elevados; as mulheres eram mais velhas, e havia mais mulheres empregadas; e havia mais homens estudantes.

Estes dados corroboram, pois, a tese de que a estratégia de escolha da amostra pode afectar a natureza dos resultados.

Sétimo limite - o tempo esquecido - Um sétimo limite refere-se ao facto de grande parte dos estudos reflectir uma visão estática da conjugalidade, não captando o seu carácter processual e dinâmico. Tal limite advém quer das metodologias prioritariamente quantitativas utilizadas em

detrimento de metodologias qualitativas, quer dos escassos estudos longitudinais existentes. Tais estudos permitem “medir” a qualidade e/ou satisfação num determinado ponto do tempo, permitem diferenciar casais satisfeitos de não satisfeitos, mas não permitem compreender, de facto, a satisfação e/ou qualidade conjugal. A compreensão da conjugabilidade exige a descrição de como os sentimentos agem sobre a relação, e como as características desta evoluem ao longo do tempo, ou seja, exige a compreensão da mudança no casamento, o que não tem sido muito estudado¹¹.

1.3. Satisfação Conjugal¹² - A Metáfora do *Puzzle*

Se tomarmos o bem estar como um sentimento de fundo (Damásio, 2000), e se atendermos à origem da palavra satisfação - *facere satis* que significa *fazer o bastante* -, poderemos compreender a satisfação como sendo crucial para a emergência de tal sentimento, uma vez que reflecte uma avaliação sobretudo positiva do outro e da relação. Pela mesma razão, o inverso poderá também ser verdadeiro, uma vez que o sentimento de bem estar será catalisador da satisfação conjugal.

Neste sentido, a satisfação pode ser considerada como um ponto nodal do bem estar - ou felicidade conjugal -, uma vez que activa este

¹¹ Entre outros: Bouchard *et al*, 1998; Erbert & Duck, 1997; Fincham & Bradbury, 1990; Fincham, Beach & Kemp-Fincham, 1997; Glenn, 1990; Gottman & Krokoff, 1989; Karney & Bradbury, 1995; Karney & Bradbury, 1997; Kazak, Jarmas & Snitzer, 1988; Vaillant & Vaillant, 1993; Whisman, 1997.

¹² Apesar da falta de rigor conceptual já referida a propósito da utilização dos conceitos satisfação, qualidade, felicidade e ajustamento conjugal, adoptaremos, enquanto título, o termo satisfação conjugal, embora, no desenvolvimento dos conteúdos, por se tratar de uma revisão da literatura, possamos usar qualquer um dos outros conceitos, seguindo a nomenclatura dos vários autores que forem sendo referidos.

sentimento e é por ele activada. Assim, e sendo o bem estar um “quadro” essencial no estudo e compreensão da conjugalidade, torna-se central investigar a satisfação.

A reflexão sobre a revisão de literatura que realizámos conduziu-nos a uma concepção sistémica de satisfação conjugal – como hipótese meramente teórica – que a seguir apresentamos, recorrendo a uma metáfora que, tanto quanto possível, condensa em si as propriedades dos sistemas e a sua complexidade. Queremos, no entanto, sublinhar que tal metáfora apenas propicia uma imagem aproximada, dada a complexidade dinâmica das inter-relações entre partes e todo.

Tomemos o estudo da conjugalidade como um conjunto de *puzzles* que, na sua totalidade, contam a “história” da conjugalidade. Pensemos no bem estar como um dos quadros-*puzzle*. Este quadro-*puzzle* é um quadro duplo, de modo a que se possa considerar cada quadro-parte correspondendo a cada um dos cônjuges, e o quadro duplo como um todo – onde se incluem as fortes relações entre cada uma das partes – correspondendo ao “nós” da relação conjugal. Teremos, pois, uma concepção sistémica complexa que pressupõe uma permanente dinâmica criativa entre unicidade e diversidade, entre todo e partes (Morin, 1994).

Cada um destes quadros-parte é constituído por várias peças de *puzzle*. Consideremos a peça central como a *satisfação conjugal global*, em torno da qual se encaixam outras peças.

Ao conjunto de peças que imediatamente circunda a da satisfação conjugal global, denominamos *Factores Centrípetos*, considerando o foco o *holon* conjugal. Estes factores correspondem aos processos que geram a, e são gerados directamente pela relação. Este conjunto circundante é constituído por três diferentes peças correspondentes a *processos*

afectivos, processos cognitivos, e processos operativos ou comportamentais. Cada uma destas três peças forma também um mini-puzzle, com uma peça nuclear central correspondente à *satisfação conjugal específica*, e as restantes *subpeças*: sentimentos de amor, intimidade e compromisso nos *processos afectivos*; pressupostos e padrões, percepções, atribuições e expectativas nos *processos cognitivos*; e comunicação, conflitos, resolução de conflitos e controlo relacional nos *processos operativos ou comportamentais*.

Em torno dos *Factores Centrípetos*, concebemos uma peça única que denominamos *Factor Tempo ou Percurso de Vida Conjugal*, no qual destacamos o tempo de duração da relação e os acontecimentos de vida normativos e não normativos. Consideramo-la um segundo nível circundante, e intermédio entre o primeiro e o terceiro nível, uma vez que não se trata, com rigor, de factores centrípetos, nem dos factores que a seguir descreveremos, mas sim de um co-factor relativamente àqueles, ou seja, um factor que acompanha e afecta directamente os demais, sendo, também, por eles afectado.

O *Factor Tempo ou Percurso de Vida Conjugal* é, então, contornado por um terceiro nível, um conjunto de peças que designamos por *Factores Centrífugos*, dado que são mais periféricos ao *holon* conjugal, muito embora o afectem e sejam, por ele, afectados. Nestes factores incluímos *factores pessoais* – por exemplo, características da personalidade, padrões de vinculação, motivação para o casamento –, *factores contextuais* – tais como a família de origem, a rede social e o trabalho –, e *factores demográficos* – por exemplo, idades, estatuto sócio-económico, origem cultural, género sexual.

Se concebermos as peças do *puzzle* como possuindo contornos movediços – dado tratar-se de processos dinâmicos em sistemas vivos e, portanto, não lineares –, perceberemos que a mudança nos contornos de uma peça implicará a mudança – mais ou menos marcada – nas restantes peças, e, portanto, no todo de cada quadro-parte, e do quadro duplo.

Assim, por exemplo, mudanças acentuadas nos *Factores Centrípetos* com marcada alteração dos contornos das peças relativas à *satisfação conjugal específica*, levariam a uma modificação extrema da peça central *satisfação conjugal global*. A teoria da “cascata para a ruptura conjugal” de Gottman (1993; 1994) é exemplificativa deste processo. Ao contrário dos casamentos instáveis/insatisfeitos, nos casamentos estáveis/satisfeitos, os comportamentos positivos excedem os negativos. Quando se atinge um limite na maior proporção de comportamentos negativos sobre os positivos, a percepção que o casal tem da relação muda de positiva para negativa, desencadeando atribuições negativas, distanciamento, e comportamentos negativos consequentes. Naturalmente, a percepção do casamento vai-se tornando cada vez mais negativa, diminuindo a probabilidade do casal optar por comportamentos positivos que quebrem este ciclo e que “reparem” a situação conjugal negativa. Neste caso, a história e significado do casamento vai sendo negativamente reformulada, diminuindo o bem estar, e chegando-se, eventualmente, à ruptura (Ward, 1995).

Esta concepção de satisfação por nós proposta é também consonante com o modelo de Qualidade Conjugal proposto por Fincham, Beach & Kemp-Fincham (1997). Estes autores partem da ideia central de que o comportamento conjugal não é sempre guiado por uma vivência linear do casamento. A vivência conjugal é recheada de alterações entre momentos de afectividade positiva e outros momentos de afectividade negativa. Esta

tese vai de encontro à perspectiva dialéctica da satisfação em relações íntimas de Erbert e Duck (1997), de acordo com a qual a experiência social está organizada em torno de tensões ou forças contraditórias inerentes às relações. As relações não são estáticas, unitárias e imutáveis, pelo contrário, fazem-se de experiências várias, diferentes estados de humor, prazeres e dores. Assim, num quadro dialéctico não é possível analisar a satisfação relacional sem considerar a insatisfação. A investigação tem conceptualizado a satisfação e a insatisfação mais como uma dualidade do que como um jogo dinâmico de oposições. Na opinião de Erbert e Duck (1997), é necessário considerar a satisfação numa perspectiva dialéctica, como parte de um processo mais vasto em que satisfação e insatisfação coexistem, evitando-se a crença num tipo ideal relacional. *“Quando os casais referem 5 ou 6 numa escala de Likert de 7 pontos, não poderá tal significar que existe simultaneamente alguma insatisfação na avaliação global?”* (Erbert & Duck, 1997, p. 199).

A ênfase num ideal relacional subjacente à concepção dualista de satisfação, comporta vários limites. *“A incapacidade para atingir estados permanentes de satisfação e para excluir episódios negativos pode criar dissonância na relação e/ou nos indivíduos, levando à negação de oposições importantes”* (idem, 1997, p.200). Se apenas a interacção positiva for considerada num quadro ideal da interacção conjugal, os cônjuges tenderão a eliminar ou evitar situações de interacção negativa. Contudo, se em situações de elevada insatisfação, é necessária a redução de episódios interactivos negativos, em casais que não estão em situação de insatisfação conjugal, padrões de acomodação ou de evitamento podem ter um efeito mais prejudicial do que benéfico. Numa perspectiva dialéctica, o jogo entre forças que criam um sentido de coesão e de unidade e forças que separam e dividem, é fundamental para que os cônjuges procurem modos alternativos

para lidar com a mudança, com tensões e contradições, ou seja, é fundamental para o crescimento.

Fincham, Beach e Kemp-Fincham (1997) referem que, na avaliação da qualidade conjugal, os instrumentos de medida deveriam permitir o acesso à compreensão desta dinâmica de satisfação e insatisfação. A avaliação dualista da conjugalidade - tal como acontece, de um modo geral, nos instrumentos de avaliação com pontos extremos de positividade (feliz) e de negatividade (infeliz) - não permite que as dimensões positivas e negativas sejam expressas independentemente. Watson, Clark e Tellegen (1988; *in* Fincham, Beach & Kemp-Fincham, 1997) propuseram também uma abordagem bi-dimensional no estudo do afecto, tendo concluído que, apesar de se assumir frequentemente correlações fortemente negativas entre afecto positivo e negativo, são dimensões distintas que podem ser representadas como dimensões ortogonais em estudos de análise factorial do afecto. Também Beach e Fincham (1994; *in* Fincham, Beach & Kemp-Fincham, 1997) realizaram uma análise do casamento baseada numa estrutura bi-dimensional do afecto. Todos estes estudos parecem apontar para o facto da satisfação e insatisfação nas relações interpessoais não serem pólos opostos da mesma dimensão, mas sim duas dimensões distintas ainda que relacionadas.

De acordo com estes autores, só é possível aceder à complexidade da conjugalidade eliminando inteiramente a perspectiva dualista, e concebendo formas de avaliação que incluam Qualidade Conjugal Positiva (QCP) e Qualidade Conjugal Negativa (QCN). No modelo proposto pelos autores, estas duas dimensões são cruzadas de modo a produzir 4 tipos de casais - satisfeitos, insatisfeitos, ambivalentes e indiferentes.

Os casais elevados em Qualidade Conjugal Positiva (QCP) e baixos em Qualidade Conjugal Negativa (QCN) correspondem aos habitualmente identificados como “satisfeitos” ou “felizes”, enquanto os casais baixos em QCP e elevados em QCN correspondem aos comumente designados por “insatisfeitos” ou “infelizes”. Este modelo bi-dimensional permite diferenciar duas outras categorias, o que não acontece com a maior parte de outras medidas de qualidade conjugal: os ambivalentes – elevados em QCP e elevados em QCN –, e os indiferenciados – baixos em QCP e baixos em QCN. Este modelo sugere uma nova abordagem da mudança na qualidade conjugal. Enquanto as medidas dualistas unidimensionais apenas permitem o acesso a um índice global de mudança, este modelo defende que a mudança na qualidade conjugal pode ser um processo gradual por diferentes etapas. Tal como referem os autores, a procura de “*diferentes avenidas de mudança na qualidade conjugal, a análise dos seus determinantes, e a exploração das suas consequências*” (Fincham, Beach & Kemp-Fincham, 1997, p.289) abrirá um vasto campo de investigação que poderá constituir um enorme avanço na compreensão dos percursos “felizes” e “infelizes” da conjugabilidade.

Esta visão dialéctica está também presente no modelo de Sucesso Conjugal proposto por Gottman e Silver (2000), o qual reflecte igualmente a concepção sistémica de satisfação que propomos, onde factores múltiplos se cruzam, gerando diferentes níveis de satisfação específica, os quais, a partir de um limiar negativo se traduzem numa insatisfação global que impede o bem estar, e, consequentemente, aumenta a insatisfação, gerando-se um ciclo de autoperpetuação da insatisfação. Dada a ênfase que o modelo de Sucesso Conjugal coloca no jogo dinâmico entre os factores que consideramos centrípetos, e ainda pelo facto de considerar a complexidade dinâmica e criativa entre parte (indivíduos) e todo (casal) julgamos pertinente desenvolvê-lo aqui com maior detalhe.

Gottman, após muitos anos de investigação¹³, propõe um modelo de sucesso conjugal, o qual lhe permite distinguir entre casais felizes e casais infelizes. Muito embora não o explicita, pensamos que a opção de Gottman pelos termos “feliz” e “infeliz” se justifica por uma visão dialéctica de satisfação, de acordo com a qual, todos os casais, mesmo os mais felizes, têm problemas - e problemas não resolvidos -, conflitos, interesses e valores divergentes, sentimentos e pensamentos negativos, ou seja, têm momentos de maior satisfação e momentos de menor satisfação, ou mesmo de insatisfação.

De acordo com o autor, os casais felizes conseguem estabelecer uma dinâmica que impede que os seus pensamentos e sentimentos negativos anulem os pensamentos ou sentimentos positivos, ou seja, são casais emocionalmente inteligentes.

As observações de Gottman permitiram-lhe concluir que nos casais felizes existe uma profunda amizade, caracterizada pelo respeito mútuo, pelo prazer da companhia do parceiro, por um conhecimento íntimo recíproco, por uma grande estima, e pela expressão diversificada dos afectos no dia a dia. É através desta amizade profunda, uma constante nos detalhes mínimos e não apenas limitada a grandes momentos, gestos ou afirmações, que a relação se mantém apaixonada. “A amizade atíça as chamadas do amor porque oferece a melhor protecção possível contra os

¹³ Gottman tem seguido, em sete estudos longitudinais, setecentos casais, com diversos tempos de casamento. No decorrer dos estudos, o autor questiona os casais sobre a história da sua relação, a sua filosofia de vida, e a percepção que têm do casamento dos seus pais. Cada casal passa 24 horas no Lab Love (laboratório do amor de Gottman), e é filmado enquanto discutem sobre o dia que decorre, sobre os seus conflitos ou sobre as suas alegrias. São-lhes mostrados os vídeos da sua estadia no Love Lab, e é-lhes pedido que comentem o que pensavam ou sentiam num momento preciso, por exemplo, quando se verificava um aumento do ritmo cardíaco ou da tensão arterial durante uma discussão conjugal. Para avaliar o nível de stress, é-lhes medido o ritmo cardíaco, o fluxo sanguíneo, a transpiração, a tensão arterial, e as funções imunitárias. Todos os anos, se verifica, pelo menos, o estado da sua relação. Todos estes dados permitem perceber os mecanismos internos - a anatomia - de um casamento.

sentimentos de agressividade que se pode ter pelo parceiro.” (Gottman, 2000, p.32), ou seja, permite a manutenção de um sentimento positivo predominante. De acordo com o autor, num casamento “programado” para um determinado nível base de positividade, será necessária uma carga muito mais elevada de negatividade para o modificar do que se esse nível base de positividade fosse inferior. Assim, se numa relação se acumulam a cólera, a irritação e o ressentimento, o casal acabará por chegar a um sentimento negativo predominante difícil de alterar. A amizade fornece aos casais a “arma secreta” que impede a acumulação de negatividade. Essa arma – característica dos casais emocionalmente inteligentes – é o que o autor designa tecnicamente por “tentativa de reconciliação” e que define como *“toda a acção ou afirmação – divertida ou não – que previne a escalada incontrolável de negatividade”* (idem, 2000, p.34). Quando existe amizade, os casais tornam-se peritos nestas tentativas de reconciliação, quer em executá-las, quer em perceber e aceitar as tentativas de reconciliação do outro. Pelo contrário, nos cônjuges em que existe uma predominância de sentimentos negativos, não só tais armas não são frequentemente utilizadas, como também não são aceites. O sucesso ou insucesso das tentativas de reconciliação é um dos factores fundamentais na longevidade do casamento, uma vez que permitem lidar de um modo eficaz com os conflitos e problemas inevitáveis e comuns em qualquer casamento.

As investigações de Gottman levaram-no à apresentação de um modelo preditivo do divórcio que, como se referiu, se designa por “cascata para a ruptura conjugal” (*Cascade Toward Dissolution Model*). Assim, o autor descreve os sinais evidenciados em interações conflituosas que são indicadores de mau prognóstico para o casamento:

➤ *Um Início Brutal* - Quando uma discussão começa com um tom imediatamente negativo e acusador, com críticas, sarcasmos, e afirmações ou gestos reveladores de menosprezo. Neste caso, diz Gottman, “as estatísticas são impiedosas: em 96% dos casos, pode prever-se o resultado de uma discussão nos três primeiros minutos de uma interacção que dura quinze minutos! Um início brutal condena-a ao insucesso” (idem, 2000, p.39).

➤ *Os Quatro Cavaleiros* - Quando no decorrer da discussão surgem tipos precisos de interacções negativas que se tornam fatais para a relação:

- a *crítica global* constantemente acusadora e demolidora relativamente à personalidade do parceiro, em vez de uma crítica focada numa acção ou acontecimento específico;
- o *menosprezo*, sob a forma de sarcasmo ou cinismo, que agrava o conflito e envenena a relação;
- a *atitude defensiva* do que se sente atacado, surgindo frequentemente como uma censura dissimulada ao parceiro agressor, instiga a escalada do conflito;
- a *fuga* consiste no abandono sistemático das discussões por um dos parceiros, o que se traduz também num abandono do casamento.

➤ *O Afogamento* - Quando na sequência de discussões permanentemente inundadas pelos Quatro Cavaleiros, se inicia um processo de desinvestimento afectivo da relação, uma vez que a hostilidade se torna insuportável.

➤ *A Linguagem Corporal* - O controlo das reacções físicas - a aceleração do ritmo cardíaco, as transformações hormonais, a subida da tensão arterial, etc. - dos casais durante as discussões permite revelar o nível de perturbação provocado pela interacção. No caso de grande

perturbação, tais alterações são de tal modo significativas que são fortemente preditivas de divórcio. Os episódios repetidos de Afogamento indicam que um dos cônjuges sofre um intenso desgaste afectivo quando tem de se confrontar com o parceiro. As alterações físicas são, então, activadas, porque o corpo apreende a situação como ameaçadora ou perigosa. A sensação física de Afogamento - a aceleração cardíaca, os suores frios, etc. - tornam impossível a discussão construtiva: a capacidade para tratar a informação está diminuída, a atenção às mensagens do cônjuge é menor, a capacidade de resolução de problemas torna-se deficiente, restando uma de duas soluções: combater (criticar, menosprezar, defender-se) ou fugir (refugiar-se no silêncio, ou abandonar a situação).

➤ *O Insucesso das Tentativas de Reconciliação* - Os esforços de um dos cônjuges, ou de ambos, para diminuir a tensão, e evitar o Afogamento, são infrutíferos. A presença dos Quatro Cavaleiros permite determinar 82% de divórcios. Quando as Tentativas de Reconciliação não têm sucesso, a taxa preditiva de divórcio sobe para 90%.

➤ *As Más Recordações*, - Numa relação onde predominam os sentimentos negativos, a percepção e os sentimentos relativamente ao passado, ao início da relação, são, também eles, negativos. De acordo com Gottman, é possível prever a probabilidade de um divórcio, mesmo sem conhecer os sentimentos actuais dos cônjuges, pelo modo como contam a história da sua relação. Quando a história sobre o passado é negativa, tal significa que a negatividade entre os cônjuges atingiu um ponto de grande intensidade.

“Quando um casamento chega ao ponto em que um casal reescreveu a sua história comum, quando os seus corpos e os seus espíritos bloqueiam praticamente qualquer possibilidade de comunicar e resolver os problemas

actuais, o insucesso é quase certo. O casal encontra-se em alerta vermelho permanente. Porque eles esperam sempre o combate, o casamento torna-se uma tortura. Com um resultado lógico: afastam-se da relação.” (idem, 2000, p.58).

De acordo com Gottman, ao contrário dos casais que percorrem uma estrada rumo ao insucesso, os casais felizes, e emocionalmente inteligentes, regulam-se sistematicamente por Sete Princípios¹⁴, ainda que nem sempre o façam de um modo consciente: enriquecer o seu “mapa de afecto”; cultivar a ternura e a estima recíprocas; virarem-se um para o outro em vez de se afastarem; deixar-se influenciar pelo parceiro; resolver os problemas solúveis; ultrapassar os impasses; e caminhar no mesmo sentido.

➤ Enriquecer o seu “mapa de afecto” - “Do conhecimento nasce não só o amor, mas também a força necessária para atravessar as tempestades conjugais.” (idem, 2000, p.62) Os casais emocionalmente inteligentes conhecem intimamente os seus universos recíprocos, ou seja, reservam um grande espaço cognitivo para a sua vida a dois. Sabem dos acontecimentos marcantes na vida do outro, conhecem o quotidiano do outro, bem como os seus pensamentos e sentimentos a esse propósito. Os “mapas de afecto” detalhados do mundo do outro torna os casais mais capazes de enfrentar acontecimentos stressantes e conflitos.

➤ Cultivar a ternura e a estima recíprocas - “A ternura e a estima são os dois elementos mais determinantes de um amor a longo prazo.” (idem, 2000, p.62). Se a ternura e a estima ainda se mantêm vivas na relação, o

¹⁴ Estes Sete Princípios constituem a base de intervenção terapêutica de Gottman. Segundo o autor, a intervenção centrada na correcção da comunicação e na resolução de conflitos não é suficientemente eficaz. Na sua experiência de intervenção através da utilização de estratégias que repõem o respeito pelos Sete Princípios, o autor verificou que, dos casais em risco de divórcio, ao fim de três meses, apenas 26% se mantinham em risco, e, ao fim, de 9 meses, a situação de risco estava controlada em todos os casais.

caminho para a ruptura pode ser bloqueado. A melhor forma de verificar se a ternura e a estima ainda existem, é pedir aos casais que contem a história do seu passado. Segundo o autor, em 94% dos casos, os casais com uma percepção positiva da sua história têm um futuro feliz. A ternura e a estima protegem o casal dos Quatro Cavaleiros.

➤ *Virarem-se um para o outro em vez de se afastarem* – O facto dos cônjuges “estarem virados um para o outro”, o que é visível na atenção que se dá quotidianamente ao outro, mesmo a propósito de questões insignificantes – uma paisagem que se vê da janela, um produto que é preciso comprar, um telefonema esquecido, um sonho da noite, uma notícia que se ouviu, etc. – é indício de que a afectividade existe e a felicidade continuará a reinar. Gottman utiliza, a este propósito, a metáfora da conta-poupança bancária: *“os casais que têm o hábito de se virarem um para o outro aumentam o crédito na sua conta-poupança. Eles enchem a sua conta afectiva de maneira a amortecer o choque dos maus passes, aqueles que deverão enfrentar num conflito, ou numa das crises de vida (...) podem assim manter uma percepção positiva mútua e sobre a relação, mesmo durante os períodos difíceis.”* (idem, 2000, p.94).

➤ *Deixar-se influenciar pelo parceiro* – Nos casais felizes, o poder é partilhado. Quanto maior a capacidade de escutar os argumentos do outro, e de respeitar o seu ponto de vista, maior é a probabilidade de se encontrarem soluções que satisfaçam ambos os cônjuges. A resistência dos homens à influência das mulheres cria situações de desequilíbrio de poder, as quais são, naturalmente, nocivas para a relação. Os estudos de Gottman demonstram que os homens que se deixam influenciar pelas mulheres são mais felizes, e correm menos o risco de divórcio. As relações mais felizes e

mais estáveis são aquelas em que o marido trata a esposa com respeito e aceita partilhar com ela o poder.

➤ *Resolver os problemas solúveis* - De acordo com este princípio, para que os problemas solúveis - problemas de menor intensidade que se centram numa situação ou dilema específico - possam ser resolvidos eficazmente, é necessário:

- iniciar as discussões calmamente;
- aprender a efectuar e a aceitar tentativas de reconciliação;
- estar atento às reacções fisiológicas durante a discussão de modo a descobrir e bloquear os primeiros sinais de stress;
- fazer compromissos;
- ser tolerante para com os erros do cônjuge.

➤ *Ultrapassar os impasses* - Uma vez que impasses são problemas insolúveis - problemas de maior intensidade, que causam maior dor, e que simbolizam um conflito mais profundo -, o objectivo não é resolvê-los, mas sim permitir o diálogo sobre eles, e aprender a viver com eles sem mágoas. Para se ultrapassar um impasse, defende Gottman, é necessário perceber as suas causas. O impasse indica que alguns dos sonhos de cada um não estão a ser satisfeitos ou respeitados pelo outro. Por “sonhos”, Gottman entende “*todas as esperanças, aspirações ou desejos que formam uma parte da identidade, e que conferem objectivo e sentido à existência*” (idem, 2000, p.227). Estes sonhos podem ser mais concretos ou mais profundos. Os mais profundos encontram-se, frequentemente, dissimulados ou ocultos por outros sonhos mais concretos e fáceis de descobrir. Para se ultrapassar tais impasses, o primeiro passo é, pois, identificar o sonho que alimenta o conflito. Uma vez que cada um compreende os seus próprios sonhos-fonte do conflito, é necessário partilhá-lo com o cônjuge. Tal exige a exposição

clara e honesta do sonho e das suas significações, e a escuta empática e não avaliativa do sonho do parceiro. Só então será possível delimitar, relativamente ao impasse, o nódulo central de cada um onde a cedência não é possível, e as zonas de maior flexibilidade, e chegar a um compromisso temporário que considere os sonhos de ambos os cônjuges.

➤ Caminhar no mesmo sentido – Este princípio implica o sentimento de um sentido partilhado, o entretecer de duas filosofias de vida, ou seja, diz respeito a "uma dimensão espiritual que está ligada à criação de uma vida interior vivida a dois – uma "cultura de casal", rica em símbolos" (idem, 2000, p.253).

Nesta reflexão sobre concepções teóricas da satisfação conjugal, pensamos ser importante referir ainda dois modelos: o modelo da Filosofia de Vida de Hojjat (1997) e o modelo Integrativo de Whisman (1997).

O modelo da Filosofia de Vida de Hojjat, apesar de ter como limite principal uma visão fragmentada da satisfação, uma vez que não considera a globalidade dos factores que sobre ela agem, revela-se interessante pela conjugação entre um factor centrífugo – a Filosofia de Vida de cada cônjuge (factor pessoal) – e Factores Centrípetos – processos cognitivos e processos operativos ou comportamentais (comunicação) –, e o factor tempo (tempo de relação).

Hojjat (1997) define filosofia de vida como o conjunto de crenças, valores e pressupostos de um indivíduo construídos ao longo da sua história e experiência pessoal¹⁵. Segundo o autor, cada indivíduo tem consciência da maior parte das crenças, pressupostos e valores que constituem a sua

¹⁵ Filosofia de vida, modelo do mundo, estrutura de significados, carta conceptual, ou teoria da realidade, têm um significado comum, ou seja, referem-se a um sistema conceptual básico, desenvolvido ao longo do tempo, sendo o suporte das expectativas individuais sobre o próprio e sobre o mundo, e constituindo, por isso, um guia de funcionamento.

filosofia de vida, consciência essa que vai aumentando com o crescimento e com as experiências de vida, ou seja, à medida que as pessoas vão tendo de fazer escolhas e tomar decisões. Também por esse motivo, a filosofia de vida não é estática, sofrendo alterações ao longo do tempo, e em função das experiências correntes dos indivíduos. Além do mais, as crenças, valores e pressupostos que constituem a filosofia de vida não têm todos a mesma importância, havendo como que uma hierarquização que, também ela, pode variar em função do momento, da situação ou das relações.

De acordo com o modelo de Hojjat (1997) - onde se propõe uma explicação causal da satisfação -, a satisfação em relações próximas depende sobretudo da semelhança entre as filosofias de vida de cada um dos parceiros relativamente ao mundo (natureza, sociedade, pessoas, relações íntimas, etc.) e ao modo de estar no mundo. A filosofia de vida condiciona o modo como cada um percebe a relação, e, particularmente, as suas percepções sobre as semelhanças e diferenças entre si e o parceiro, e as atribuições que fazem relativamente a tais semelhanças e diferenças. Indivíduos que tenham filosofias de vida muito diferentes tenderão a diferir fortemente nas suas filosofias sobre relações e, conseqüentemente, nas percepções sobre a sua própria relação, e nas atribuições que fazem a respeito de diferentes acontecimentos ou situações relacionais. Se o padrão de comunicação entre eles for deficiente, não conseguirão resolver tais divergências, sendo o resultado uma baixa satisfação conjugal.

O facto da filosofia de vida poder mudar ao longo do tempo, seja devido ao crescimento do indivíduo, seja devido à experiência de acontecimentos de vida, tornando mais ou menos importantes ou mais ou menos salientes determinadas crenças, valores ou pressupostos, pode fazer com que aumente a similitude ou diferença entre as filosofias de vida dos parceiros.

Muitos estudos têm mostrado que parceiros com um nível elevado de similitude são mais felizes do que parceiros com um nível elevado de diferenças. A similitude parece ser importante desde o início da relação até fases mais adiantadas da conjugidade. Também muitas investigações mostram que as percepções de semelhança entre os parceiros se relacionam positivamente com a satisfação. A necessidade de “congruência perceptiva”¹⁶ – ou seja, a necessidade que as pessoas têm de que os indivíduos de quem gostam concordem com as suas percepções – pode fazer com que, à medida que os parceiros descobrem diferenças entre si e o seu cônjuge, tentem mudar as suas atitudes ou as atitudes do outro de modo a aumentar a percepção de semelhanças. Daí que, em relações satisfeitas, com o desenrolar do tempo, os cônjuges tendam a aumentar a similitude das suas filosofias de vida (Acitelli, 1996; Heller & Wood, 1998; Hojjat, 1997; Murray & Holmes, 1994).

No modelo Integrativo de Whisman (1997), o autor propõe, a partir de uma revisão da literatura, uma classificação dos factores que influenciam a satisfação – intrapessoais, interpessoais e contextuais –, acentuando as suas influências recíprocas, e estabelecendo a possibilidade de influências directas ou mediatizadas sobre a Satisfação Conjugal. Os factores intrapessoais dizem respeito às “*características que descrevem algo de um ou ambos os parceiros*” (*idem*, 1997, p.391) – tais como, características da personalidade, cognições, componentes afectivos, padrões de vinculação; os factores interpessoais “*consistem em características que descrevem a relação entre os parceiros*” (*idem*, 1997, p.391) – tal como a comunicação, os conflitos, a resolução de conflitos e a similitude entre parceiros; e os factores contextuais referem-se às características do meio que também influenciam a satisfação conjugal – tal como os acontecimentos de vida

¹⁶ Heider, 1958; Newcomb, 1961 (Hojjat, 1997).

stressantes e o contexto social dos cônjuges. A partir desta classificação, Whisman apresenta um modelo de satisfação conjugal que integra estes três factores.

Não seguimos a classificação de Whisman, pois considerámos que, tratando-se de um contexto conjugal, os processos cognitivos e afectivos são indissociáveis da relação. Contudo, esta classificação de Whisman foi fundamental para a nossa reflexão e consequente proposta de uma concepção sistémica da satisfação conjugal e dos factores que sobre ela agem, e que por ela são influenciados.

Pretendemos salientar que qualquer classificação dos factores que influenciam a satisfação conjugal, é, inevitavelmente, artificial, dado o impacto mútuo que têm uns sobre os outros, e é, o mais das vezes, a relação entre eles que afecta a satisfação (e é por esta afectada). O que se estuda, neste caso, são processos, ou seja, processos relativos a um sistema vivo, complexo e dinâmico. Assim sendo, é fundamental a noção de Pascal de que é impossível conhecer as partes sem conhecer o todo, bem como conhecer o todo sem conhecer cada uma das partes em particular (*in* Morin, 1994). Num sistema, as partes, afirma Morin (1994), têm uma dupla identidade: uma identidade própria que permanece, e não é redutível ao todo, e uma identidade comum que lhe é conferida pelo todo. O todo é maior do que a soma das partes, porque inclui a relação entre elas, mas é também menor do que a soma das partes, pois que estas ao constituírem um todo, sofrem constrangimentos inevitáveis, inibindo-se ou perdendo algumas das suas qualidades ou propriedades. O todo é ainda maior do que o todo, na medida em que as retroacções das partes sobre o todo, e do todo sobre as partes confere aos sistemas um carácter dinâmico e criativo. É, pois, esta complexidade dinâmica que torna artificial, ainda que inevitável, uma divisão classificativa dos factores que influenciam a satisfação conjugal.

Em resumo, optamos por uma classificação que distingue *Factores Centrípetos*, cujo foco central é o *holon*¹⁷ conjugal, *Factores Centrífugos*, na periferia do *holon* conjugal, e ainda um *Factor Tempo* ou *Percurso de Vida*. Nos *Factores Centrípetos* - e estes são o âmago do nosso estudo -, incluímos processos afectivos¹⁸ - os sentimentos de amor e os processos de intimidade e compromisso; processos cognitivos - pressupostos e padrões (teorias implícitas), percepções, atribuições e expectativas; os processos operativos ou comportamentais - comunicação, conflitos e resolução de conflitos, e controlo relacional. O *Factor Tempo* ou *Percurso de Vida* inclui o tempo de relação, e as fases ditas normativas e não normativas do percurso de vida conjugal. O tempo de relação é também uma variável de relevo no nosso estudo prático. Nos *Factores Centrífugos* incluímos factores pessoais, factores contextuais - rede social, família de origem¹⁹ e trabalho profissional -, e factores demográficos.

Desenvolveremos, de seguida, alguns destes factores a partir da revisão de literatura realizada. Aprofundaremos, em particular, os factores que têm uma relação mais directa com os objectivos do nosso estudo - *Factores Centrípetos*, e *Factor Tempo*, e, menos aprofundadamente, alguns dos *Factores Centrífugos* referidos. O género sexual, relativo aos factores demográficos, será desenvolvido integradamente com os demais factores.

¹⁷ Escolhemos intencionalmente o conceito *holon* por nos parecer ser o que mais traduz a complexidade dinâmica entre todo (*holos*) e partes (*on*) (Minuchin, 1981). Assim, neste caso, o foco dos factores ditos centrípetos é o casal, não esquecendo que este é um todo relativamente a cada um dos seus elementos, e é uma parte de outros todos mais abrangentes: família, contexto social, etc..

¹⁸ Os processos afectivos correspondem, na literatura, de um modo geral, aos processos /factores/ variáveis emocionais. A nossa defesa da noção processos afectivos será apresentada no capítulo referente a tais processos. Contudo, ao realizarmos a síntese de revisão de literatura, respeitaremos as designações originais dos autores.

¹⁹ Embora a família de origem possa ser considerada um elemento da classe rede social, optamos por distingui-las dada a especificidade da primeira.

CAPÍTULO 2:

FACTORES CENTRÍPETOS

2.1. Processos Afectivos

“É a primeira vez que estão tão perto um do outro, e a indizível atmosfera sensual que os envolve nasce justamente da lentidão do ritmo, balouçados pelo movimento da carruagem, os dois corpos tocam-se primeiro sem o saberem, depois sabendo-o, e a história principia.”
Milan Kundera, *A lentidão*

2.1.1. À Procura dos Contornos Conceptuais do Amor

“Afecto é aquilo que manifestamos ou sentimos em relação a um objecto ou situação” (Damásio, 1999, p. 389). Optamos pela designação de processos afectivos para nos referirmos ao sentimento de amor e aos padrões relativos à natureza da relação mais comumente associados a este sentimento - intimidade e compromisso - catalisando-o, e sendo por ele catalisados. Não consideramos intimidade e compromisso como sentimentos, mas sim processos relacionais primordialmente afectivos, muito embora intrinsecamente ligados a processos cognitivos e comportamentais, e particularmente influenciados por factores pessoais¹.

¹ Apesar de se tratarem de processos marcadamente influenciados por factores pessoais, designá-los-emos, o mais das vezes, por processos relacionais, dado que o foco da análise é, neste trabalho, a relação conjugal.

A revisão de literatura que realizámos permitiu-nos constatar a abundância de conceptualizações e de tentativas de definição de amor, intimidade e compromisso. Contudo, *“a procura de definições de amor e compromisso [e de intimidade, acrescentaríamos nós] na psicologia e noutras disciplinas relacionadas tem sido marcada pelo conflito, confusão, e desacordo”* (Fehr, 1988, p. 557). No que diz respeito à relação conceptual entre amor e compromisso, encontram-se posições teóricas diversas: conceitos idênticos (Forgas e Dobosz, 1980; *in* Fehr, 1988); parcialmente independentes, mas bastante sobrepostos (Kelley, 1983; *in* Fehr, 1988); ou completamente independentes (Solomon, 1981, *in* Fehr, 1988). A intimidade e o compromisso surgem ou como componentes do amor (Sternberg, 1986; *in* Fehr, 1988), ou, inversamente, o amor como um componente (Rusbult, 1980; *in* Fehr, 1988). Num trabalho de análise de teorias implícitas ao nível do senso comum, Fehr constatou que amor e compromisso parecem ser conceitos bastante sobrepostos, embora parcialmente independentes (Fehr, 1988). Se bem que, relativamente à intimidade, em termos de significações, a divergência não nos pareça tão grande, são igualmente confusas as relações conceptuais entre intimidade e amor, e intimidade e compromisso.

A análise da literatura revela ainda que também relativamente à paixão se colocam questões semelhantes, acrescidas de uma maior polémica quanto à conotação positiva ou negativa atribuída à paixão.

Uma terceira questão crítica, relacionada com as anteriores, diz respeito ao facto de que, para qualquer um destes conceitos, é frequente a utilização indiscriminada e sem critério de diferentes designações tais como emoções, sentimentos, afectos, estados, processos, dimensões, e componentes.

Numa tentativa - e queremos enfatizar a palavra “tentativa” - de procurar uma maior clareza, partiremos da conceptualização de Damásio (Damásio, 1995; Damásio, 1999) sobre emoções e sentimentos.

Segundo Damásio, as emoções são “*padrões de resposta complexos e estereotipados, que incluem emoções secundárias, primárias e de fundo*”² (Damásio, 1999, p. 76), ou seja, as emoções referem-se ao conjunto de respostas que a constituem, as quais são, na sua maioria, observáveis. Por isso, diz Damásio, as emoções são dirigidas para o exterior, tornadas públicas através do teatro do corpo. O “*termo sentimento deve ser reservado para a experiência mental e privada de uma emoção*” (Damásio, 1999, p. 62), o que significa, que a emoção precede o sentimento. Os sentimentos são dirigidos para o interior, são privados, não directamente observáveis. Mas, acrescenta o autor, “*«ter um sentimento» não é o mesmo que «conhecer um sentimento»*” (idem, 1999, p. 324). Existe primeiro a *emoção* que implica uma modificação do estado do organismo, do corpo, depois o sentir da *emoção* - os *sentimentos* - que significa a representação de tais modificações em imagens, e, finalmente, quando essas imagens se fazem acompanhar pelo sentido de si no acto de conhecer, ou seja, quando se tornam conscientes, estamos num terceiro nível - *sentimentos de sentimentos*. E o impacto total e duradouro dos sentimentos, isto é, a influência consequente no indivíduo que sente, exige este último nível. O

² Damásio diferencia emoções primárias, caracterizadas, geralmente, por um perfil de “explosão” com um início rápido, um pico de intensidade e uma decadência rápida - alegria, tristeza, medo, cólera, surpresa e aversão - de emoções secundárias ou sociais, onde o papel desempenhado pela sociedade é mais acentuado do que no caso das primárias - vergonha, culpa, ciúme, orgulho, etc. -, e de emoções de fundo, com um perfil de “onda”, mais dirigidas para o interior do que para o exterior, sendo, contudo, observáveis através de pormenores subtis tais como a postura corporal, a velocidade dos movimentos, grau de contracção dos músculos faciais, alterações mínimas na quantidade e velocidade dos movimentos oculares, tom de voz, etc. - fadiga, energia, excitação, calma, bem estar, mal estar, tensão, relaxamento, entusiasmo, letargia, estabilidade, instabilidade, equilíbrio, desequilíbrio, harmonia, discórdia, etc.. Damásio considera que a maior parte do tempo são as emoções de fundo que experimentamos, e não tanto as emoções primárias ou as secundárias (Damásio, 1995; 1999).

conhecimento dos sentimentos permite a intencionalidade, o planejar de respostas adequadas e adaptadas, contextuais, originais e criativas. Afirma Damásio, “*Suspeito que a consciência prevaleceu na evolução porque conhecer os sentimentos causados pelas emoções se tornou um ingrediente indispensável da arte da vida e porque a arte da vida tem tido um enorme sucesso na história da natureza*” (idem, p. 51). Quase em jeito de diálogo, damos voz a Satir, “*Será que isto significa que se nós soubermos mais sobre os nossos sentimentos, podemos mudar algumas coisas fundamentais nas nossas vidas?*” (Satir, 1978, p. 22).

Todos estes processos - emoções, sentimentos e sentimentos de sentimentos - se entretecem com os processos cognitivos e com o comportamento. O palco é o corpo, nele se faz a dança das emoções, a sua expressão, as cognições intervêm, formam-se as imagens de um corpo expressivo, a percepção e o conhecimento infiltrando-se, dando um nome à dança, permitindo a continuidade do movimento, a criatividade em expansão, ou a sua interrupção.

Regressemos ao amor. E, com ele, à paixão, intimidade e compromisso, os quais, como já o referimos, são considerados por vários teóricos como os principais componentes do amor, ou, pelo menos, processos a ele associados. Consideramos, no entanto, que não são conceitos do mesmo nível: o amor e a paixão pertencem ao mundo dos sentimentos, enquanto a intimidade e o compromisso são processos relacionais catalisadores do amor, e por ele, catalisados.

Seguiremos o pensamento de Damásio. E consideramos simplista reduzir o amor a uma emoção; pois, tal como este autor refere, a propósito da distinção entre emoção e sentimento, “*A referência a todo este processo através de uma única palavra, emoção, como agora se tornou prática comum,*

é uma negligência pura” (Damásio, 1999, p. 387). O amor não será pois uma emoção. Nem mesmo tão só um sentimento. O amor é uma configuração de sentimentos. Ou, para sermos mais precisos, uma configuração de sentimentos sentidos relativamente a alguém. “Amo-o”, ouvimos dizer; e sabemos, então, que tem consciência dos sentimentos. No plural. Pensamos que, de um modo geral, em fases mais iniciais da relação, são sobretudo os sentimentos primários e secundários que desempenham os papéis principais. Picos contínuos de “explosão”, onde afectos, cognições e comportamentos se conjugam sobretudo na primeira e na segunda pessoas de um tempo presente. A esta configuração, com um perfil de sentimentos em “explosão”, chamamos nós “paixão”. Sem negarmos ou ignorarmos que se trata de amor. A seguir, vemos o tempo caminhando pela relação. Ou a relação pelo tempo. E assim surge a história. O perfil de “explosão”, naturalmente, e necessariamente, a pouco e pouco deixando de ser tão contínuo, os sentimentos de fundo, mais intensos ou mais subtis, agora, como principais actores. Sem negarmos ou ignorarmos que a paixão continua. As “explosões” irrompendo intermitentes, aqui e ali, quicá a própria paixão cada vez mais centrada na relação, à medida que o “absoluto do casal” (Caillé, 1991) se torna mais saliente³.

³ Stendhal (de seu verdadeiro nome, Marie-Henry Beyle), já há mais de cento e setenta anos, parecia afirmar o não desaparecimento da paixão ao descrevê-la como um processo em sete estádios: (1) Admiração - o encontro com o outro e a atracção física e psicológica por ele; (2) Antecipação - a imaginação de estar com o outro e dos prazeres daí decorrentes; (3) Esperança - A reciprocidade desejada, e esperada; (4) o Nascimento do Amor instigado pela Esperança; (5) Primeira Cristalização - a idealização do outro e a descoberta progressiva de novas perfeições gerando o delírio de ser amado por ele, e, simultaneamente, a incerteza e o medo de ser abandonado; (6) Dúvida - nascida da incerteza e do terror do abandono; e (7) Segunda Cristalização - após a dúvida, a confirmação de que se é amado pelo outro. A redescoberta do outro. A dúvida de novo, e a necessidade de se encontrar verdadeiras provas de amor. A oscilação permanente entre certezas e dúvidas: “este caminho que toca, por um lado, a borda extrema de um terrível precipício e, por outro, a perfeita felicidade, é o que dá tanta superioridade à Segunda cristalização sobre a Primeira (Stendhal, 1978, p.14).

Mas considerar o amor como uma configuração de sentimentos conscientes por um outro, não nos parece ainda um contorno suficiente. Esta configuração é indissociável do desejo físico-psicológico do outro, do desejo da mutualidade de sentimentos, e implica a progressiva redefinição do próprio si como um si partilhado, onde os sentimentos e desejos do outro são cada vez mais os nossos⁴. Ou seja, poderíamos acrescentar, à laia de resumo, que o amor é uma configuração complexa e dinâmica de sentimentos conscientes por um outro, com um outro e por um “nós” em criação.

Eis, pois, um possível contorno do amor. Ou, contado de outro modo, *“A pessoa é empurrada pela atracção por alguém especial, sente torrentes de emoção e de desejo sexual, torna-se desajeitada e preocupada, tenta aproximar-se da outra pessoa. Idealmente, a outra rapidamente começa a sentir o mesmo. Algumas pessoas preferem imaginar amor à primeira vista, enquanto outras gozam a gradual escalada de atracção. A presença do outro traz alegria e excitação. O casal passa cada vez mais tempo em conjunto, partilhando pensamentos e sentimentos, descurando outras preocupações e relações, e o seu mundo é completamente transformado pela descoberta desta necessidade imperiosa e por esta felicidade dominante. No auge desta experiência, a atenção está sobretudo focada no outro, e descobrem uma relação íntima dificilmente imaginável com outra pessoa. Celebram o seu amor através da união sexual e do compromisso pessoal mútuo. Tal é o sonho do amor (...)”* (Baumeister & Wotman, 1992, pp. 1-2). Sonho que, para se manter, diz Pasini (1992) exige, na relação, ingredientes fundamentais: (1) que o outro seja uma pessoa singularmente importante; (2) que exista

⁴ O desejo do outro, a mutualidade (ou a esperança de mutualidade), e a redefinição criativa do si como um si partilhado são considerados por Solomon como aspectos que caracterizam o “mundo do amor” (Solomon, 1990). A sexualidade e a mutualidade de sentimentos são aspectos também enfatizados por muitos autores. Por exemplo: Baumeister & Wotman, 1992; Branden, 1988; Davis e Todd, 1982; Grunebaum, 1997; Levine, 1995; Nowinski, 1988; Sternberg, 1998.

generosidade, e que a relação não seja um mero saldo contabilístico entre o que se dá e o que se recebe⁵; (3) que o tempo de relação seja um tempo de desenvolvimento, de crescimento; (4) que exista confiança mútua; e (5) que exista estima. Também Gottman refere que a felicidade conjugal só é possível se existir estima - amizade, conhecimento mútuo profundo, respeito mútuo, prazer na companhia do outro, expressão dos afectos, etc. - e que é precisamente a estima que permite a continuidade da paixão (Gottman & Silver, 2000).

2.1.1.1. No Rasto do Amor

A literatura científica sobre o tema é reveladora da unanimidade relativa ao papel essencial que o amor desempenha na conjugalidade: é sobretudo por amor que as pessoas se unem, que desenvolvem e mantêm as relações, e é pela sua ausência que muitas relações terminam. Nem sempre assim foi. Tempos houve em que o amor se imbuía de outras significações, e, por isso, eram mais ténues, ou mesmo ausentes, as suas ligações à conjugalidade. Bastará um olhar histórico sobre as relações entre homens e mulheres, sobre a sexualidade, sobre a família, sobre o amor, para percebermos como as significações de um conceito mudam ao longo do tempo (Badinter, 1989; Duby, 1992; Foucault, 1994; Giddens, 1996; Lipovetsky, 1997; Rougemont, 1968). Significações diferentes, é certo, quase irrelevantes no que ao casamento dizia respeito, mas sempre fundamentais noutras relações interpessoais. Bastará acrescentar agora um olhar histórico sobre a filosofia, ou sobre a literatura para nos darmos conta da essencialidade do amor (Sternberg, 1998). Desvelar o amor é,

⁵ Também Pina Prata (1992) e Gottman (Gottman & Silver, 2000) se referem à “contabilidade” na relação como um sinal de negatividade.

desde há muito, uma eterna procura entre poetas, romancistas, historiadores, filósofos, sociólogos, psicólogos... As definições pecando por demasiado abrangentes, ou excessivamente restritas, o travo acrí-doce do que falta perceber, do que falta dizer, perpetuando a procura.

À medida que o individualismo se expandia, que as relações entre homens e mulheres ganhavam novos contornos, que a família nuclear marcava fronteiras mais nítidas com o social, o amor dito romântico foi emergindo cada vez mais forte, presidindo, então, às relações conjugais. Também por isso é cada vez mais acentuada a presença deste tema na psicologia em geral, e na psicologia da família em particular. O estudo das relações entre amor e satisfação, estabilidade e qualidade conjugal é um desafio crescente. Perceber o impacto do amor não apenas no indivíduo, ou no início das relações amorosas, mas também no seu desenvolvimento e manutenção. Porque durante muito tempo, o amor foi relegado para segundo plano na investigação sobre conjugalidade e na literatura sobre terapia conjugal e familiar (Grunebaum, 1997; Kaiser, 1993; Narciso, 1994; Willi, 1997).

O estudo do amor na Psicologia, quer ao nível de trabalhos teóricos, quer ao nível do desenvolvimento e validação de instrumentos de medida, só começa a tomar um carácter sistemático e contínuo a partir da década de setenta, emergindo um novo campo actualmente denominado por “Psicologia do Amor” (Levin, 2000).

Enquadrando-se nesta nova área de estudo, diferentes autores exploram e defendem diferentes perspectivas teóricas, mais convergentes ou mais divergentes. Esta multiplicidade de perspectivas e abordagens ao estudo do amor suscitou a necessidade da sua organização e classificação em função de diferentes critérios.

Tzeng (1993), a partir de uma extensa revisão de literatura, salienta trinta teorias principais sobre o amor, organizando-as em três grupos: teorias do Desenvolvimento e Formação do Amor, teorias da Manutenção do Amor e da Resolução de Conflitos, e teorias da Dissolução do Amor e do Casamento⁶.

Barnes e Sternberg (Barnes & Sternberg, 1997) propõem também uma classificação das teorias do amor, onde diferenciam teorias explícitas de teorias implícitas. As teorias explícitas são as teorias dos investigadores, enquanto as teorias implícitas são “*construções das pessoas ... que residem na mente dos indivíduos. Tais teorias têm de ser descobertas em vez de inventadas porque elas já existem, de alguma forma, na cabeça das pessoas*” (Sternberg, 1985, in Barnes & Sternberg, 1997, p. 86). Quanto às teorias explícitas, os autores distinguem as *estruturais* das *processuais*. As *teorias estruturais* – mais estáticas – pretendem conhecer e analisar as principais dimensões ou componentes do amor. Neste grupo, Barnes e Sternberg reconhecem (1) as teorias que consideram que o amor é um todo indiferenciado, caracterizando-o como uma única dimensão; (2) as teorias que defendem que o amor é constituído por várias dimensões igualmente importantes; e (3) as teorias que propõem que o amor “*envolve um conjunto*”.

⁶A reflexão sobre a classificação proposta por Tzeng (1993) leva-nos a tecer algumas considerações críticas. Algumas das teorias que o autor considera no primeiro grupo – Teorias do Desenvolvimento e Formação do Amor – poderiam igualmente ser enquadradas no agrupamento das Teorias da Manutenção do Amor e da Resolução de Conflitos, nomeadamente a teoria do Amor Romântico de Branden (1988), a teoria do Amor no Contexto de Vida de Williams e Barnes (1988), a Teoria do Amor Apaixonado Amor Romântico referida por Hatfield (1988), e a Teoria Triangular do Amor de Sternberg (1988). Em segundo lugar, a designação do segundo agrupamento como Teorias da Manutenção de Amor e da Resolução de Conflitos, parece excluir os conflitos e a sua resolução de fases mais iniciais do desenvolvimento das relações amorosas. Finalmente, no último grupo – Teorias da Dissolução do Amor e do Casamento, Tzeng considera a teoria da Acomodação de Rusbult (1987), a qual contempla uma tipologia de respostas em situações de conflito que são formas de resolução de conflitos. Assim sendo, esta teoria, e seguindo a classificação de Tzeng, deveria estar incluída no segundo agrupamento. De salientar ainda que algumas das teorias que o autor considera na sua taxonomia – tal como a teoria da Acomodação de Rusbult, e teorias relativas ao divórcio – não se referem directamente ao Amor, mas sim a processos conjugais específicos – resolução de conflitos –, ou aos processos inerentes a um acontecimento de vida dito não normativo – o divórcio.

de factores característicos - ou seja, um conjunto de afectos, cognições, motivações, e até comportamentos que, quando reunidos numa quantidade suficiente, produzem o sentimento global designado por «amor». (Barnes & Sternberg, 1997, p. 84). As *teorias processuais*, tal como o próprio nome indica, centram-se na análise do processo do amor⁷.

Com base na revisão de literatura que realizámos - e tendo em conta as classificações referidas, particularmente a de Barnes e Sternberg -, sugerimos uma classificação alternativa de algumas das teorias do amor, tomando como critério de classificação o foco de estudo.

Consideramos, tal como Barnes e Sternberg (1997), um grupo de *Teorias Estruturais* e um grupo de *Teorias Processuais Relacionais*.

As *Teorias Estruturais*, por sua vez, podem ser organizadas em dois subgrupos: (1) *o amor como objecto de estudo*, onde se procura definir “amor” ou compreender quais as dimensões ou componentes que o constituem; e (2) *as pessoas que amam e são amadas como objecto de estudo*, centradas no conhecimento de estilos pessoais de amar - ou estilos de amor -, nos factores que conduziram a tais estilos e nas características de personalidade que influenciam o sentimento de amor. Estas Teorias Estruturais são, portanto, teorias mais estáticas, centradas sobretudo no “que” do amor - “O que é o amor?”, “O que é necessário para se falar em amor?”, “De que componentes é feito o amor?” “Que estilos de amar (ou de

⁷ A classificação proposta por Barnes e Sternberg, não contempla algumas diferenciações que nos parecem importantes, e não inclui algumas teorias que, quanto a nós, mereceriam algum destaque. Em segundo lugar, duas das teorias que os autores classificam como processuais - a teoria dos Estilos de Amor de Lee (1977, in Lee, 1988, entre outros), e as Teorias dos Estilos de Vinculação de Hazan e Shaver (1987) - têm um carácter estático ou, pelo menos, pouco dinâmico, tratando-se de tipologias de estilos de amor ou de amar, e não analisando, de facto, o processo amoroso. Por último, e ainda nas Teorias Processuais, os autores incluem a Teoria do Amor como uma História de Sternberg (1994), a qual se enquadra na definição de Teorias Implícitas dada por Barnes e Sternberg, e não nas Teorias Processuais que correspondem a Teorias Explícitas.

amor) existem?”, “O que influencia este ou aquele estilo?”, “Que características de personalidade influenciam o sentimento de amor?”.

Nas *Teorias Processuais Relacionais* consideramos todas aquelas que se centram no carácter dinâmico do processo amoroso, ou seja, no *processo relacional amoroso* que se inicia e se desenvolve, e nos factores que influenciam tal desenvolvimento. Assim, podemos considerar que são teorias cujo foco é principalmente o “como” do amor – “Como surgem as relações amorosas?”, “Como se desenvolvem as relações de amor?”, “Como se mantém o amor na relação?”, “Como se mantêm as relações amorosas?”.

Pensamos que estes dois grupos de teorias não se excluem mutuamente, ou seja, várias teorias existem que se enquadram nos dois subgrupos das Teorias Estruturais e nas Teorias Processuais.

Vejamos, o seguinte quadro síntese (quadro 1), onde apresentamos alguns dos teóricos, e as respectivas perspectivas teóricas mais referidas na literatura, e os grupos em que se inserem⁸.

⁸As datas que, no quadro, surgem associadas aos vários autores, são referências retiradas da literatura sobre o tema. Colocámos um asterisco junto do nome dos autores cujos originais não foram, de todo, consultados. Relativamente aos demais, foi consultada bibliografia original, embora, em alguns casos, posterior às datas assinaladas.

Quadro 1
Teorias Estruturais e Processuais

Autores	Teorias Estruturais		Teorias Processuais Relacionais ⁹
	centradas no Amor	centradas nas Pessoas	
*Freud (1921/1952) *ReiK (1944/1949)	Perspectiva Psicossexual do Amor		
*Maslow (1954)	Teoria Humanística do Amor		
*Fromm (1956) Peele (1976)	A Arte de Amar. Amor e Adição	A Arte de Amar. Amor e Adição	
*Rubin (1970)	Dicotomia de Amor e Gostar		
Dion e Dion (1973)	Amor Romântico	Amor Romântico	
Hatfield (1978) Walster (1974) Berscheid (1974)	Amor Apaixonado Amor Companheiro	Amor Apaixonado Amor Companheiro	Amor Apaixonado Amor Companheiro
Lee (1977) Hendrick e Hendrick (1984)	Estilos de Amor Amor Romântico		
*Tennov (1979)	Amor e Dependência		
Solomon (1981)	Amor como emoção		Amor como emoção
*Davis e Todd (1982)	Amor como Extensão da Amizade		
Sternberg (1986, 1994, 1998)	Teoria Triangular do Amor	Teoria Triangular do Amor Amor como uma História (1994)	Amor ao Longo da Vida (1998)
Hazan e Shaver (1987, 1993)	Estilos de Vinculação		
Branden (1988)	Amor Romântico		Amor Romântico
Williams e Barnes (1988)			Amor no Contexto de Vida
Bartholomew (1991)	Padrões de Vinculação		

Relativamente às teorias que classificámos como Estruturais centradas no Amor, podemos ainda distingui-las de acordo com o critério Unidimensionalidade vs. Pluridimensionalidade.

⁹Incluimos, aqui, todos os autores que têm investigado a intimidade e o compromisso nas relações amorosas.

Assim, e também de acordo com Barnes e Sternberg (1997), podem considerar-se como teorias *unidimensionais*: a Perspectiva Psicosssexual do Amor de Freud (1921/1952; *in* Barnes e Sternberg, 1997, entre outros) e de Reik (1944/1949; *in* Barnes e Sternberg, 1997, entre outros)¹⁰, a Dicotomia de Amor e Gostar de Rubin (1970; *in* Barnes e Sternberg, 1997, entre outros)¹¹, e o Amor Romântico de Dion e Dion (1973; *in* Dion & Dion, 1988)¹². A estas teorias, acrescentamos, como unidimensionais, outras duas: o Amor como Emoção de Solomon, e o Amor Romântico de Branden¹³.

Relativamente às teorias *pluridimensionais*, consideram-se a Perspectiva Humanista do Amor de Maslow (1954; *in* Barnes e Sternberg,

¹⁰Freud (1921/1952; *in* Barnes e Sternberg, 1997, entre outros) defende que o amor é, sobretudo, o desejo de união sexual. Quando o desejo é bloqueado ou inibido, e quando o outro desejado possui qualidades a que o si aspira, mas não alcança, ocorre uma sobrevalorização sexual desse mesmo outro, servindo também como um substituto do si ideal não atingido. Também Reik (1944/1949; *in* Barnes e Sternberg, 1997, entre outros) conceptualiza o amor como a procura de um ideal não atingido, defendendo, assim, que o amor nasce da deficiência, ou seja, das fraquezas do indivíduo, o qual é compelido a amar alguém de modo a obter da relação com uma pessoa as qualidades que lhe faltam a si (Barnes, e Sternberg, 1997; Murstein, 1988; Sternberg, 1997; Sternberg, 1998; Tzeng, 1993).

¹¹Rubin (1970; *in* Barnes e Sternberg, 1997, entre outros), ao constatar os poucos estudos sobre o amor, por oposição à grande extensão de trabalhos sobre o gostar, decidiu investigar o tema, e, partindo dos trabalhos existentes sobre gostar, desenvolveu duas escalas, uma para medir o gostar e outra para medir o amar. Rubin conceptualiza o amor como unidimensional, embora esta dimensão única - amor romântico - inclua sub-componentes: vinculação (envolvendo paixão, dependência, absorção e sentido de posse) e preocupação/cuidado (envolvendo um sentido de dar) - construtos orientados para o indivíduo -, e por intimidade - construto orientado para a díade (Barnes & Sternberg, 1997; Hendrick & Hendrick, 1992; Tzeng, 1993). O amor inclui também ambivalência emocional e está sujeito à deterioração ao longo do tempo. De acordo com alguns autores, a concepção de amor proposta por Rubin corresponde ao que Fromm denomina de amor imaturo: isolamento social, dependência, ausência de atitude crítica, submissão e controlo, etc. (Nelson, Hill-Barlow & Benedict, 1994; Peele, 1988; Rusbult, Onizuka & Lipkus, 1993). Davis e Todd (1982; *in* Tzeng, 1993, entre outros), à semelhança de Rubin, distingue entre gostar e amar, considerando o Amor como uma extensão da Amizade. De acordo com os autores, Amizade e Amor são constituídos pelos mesmos componentes básicos - igualdade, prazer, compreensão, respeito, confiança, aceitação, intimidade -, divergindo apenas no que diz respeito à paixão - fascínio, exclusividade, desejo sexual, preocupação acentuada com o outro - a qual é parte do amor, mas não da amizade (Hendrick & Hendrick, 1992; Peele, 1998; Tzeng, 1993).

¹²Apesar desta teoria considerar o amor como unidimensional, Dion e Dion (1973; *in* Dion & Dion, 1988) verificaram, em estudos realizados, que em função de determinadas características pessoais - locus de controlo externo ou interno -, os indivíduos tendem a assumir a vivência das relações amorosas de um modo mais idealizado e romântico (indivíduos externos) ou de um modo mais racional (indivíduos internos).

¹³Estas duas teorias - Amor como Emoção de Solomon (1981; *in* Solomon, 1990) e Amor Romântico de Branden (1988) serão desenvolvidas mais adiante.

1997, entre outros)¹⁴, a Arte de Amar de Fromm (1956; in Peele, 1988, entre outros)¹⁵, o Amor e Adição de Peele (1976; in Peele, 1988, entre outros)¹⁶, o Amor Apaixonado, Amor Companheiro de Berscheid e Walster (1974)¹⁷, Amor e Limerence de Tennov (1979; in Hendrick & Hendrick, 1992; entre outros)¹⁸, e a Teoria Triangular do Amor de Sternberg¹⁹ (1986; in Sternberg, 1988, entre outros).

¹⁴ Maslow (1954; in Barnes e Sternberg, 1997, entre outros) distingue entre dois tipos de amor: Amor-D, um amor deficiente, imaturo, orientado pela paixão, e baseado nas necessidades de aceitação e de reconhecimento; e Amor-B, um amor voltado para o ser do outro, mais puro, orientado pela intimidade (Barnes & Sternberg, 1997; Hendrick & Hendrick, 1992; Murstein, 1988; Nelson, Hill-Barlow & Benedict, 1994; Rusbult, Onizuka & Lipkus, 1993; Sternberg, 1998; Tzeng, 1993).

¹⁵ Fromm (1956; in Peele, 1988, entre outros) distinguia o amor imaturo do amor saudável, defendendo que, enquanto o primeiro é marcado por uma dependência extrema, pela ausência de uma atitude crítica face ao amado, por fortes elementos de submissão e controlo, por um estado de fusão e de alienação que denomina de “egoísmo a dois”, o segundo envolve (1) mecanismos de autodefesa e capacidade para julgar adequadamente os objectos de amor; (2) a capacidade de aprender com a experiência e de eliminar padrões autodestrutivos; (3) o potencial para o desenvolvimento da intimidade; (4) o reconhecimento de obrigações quer para com o amado quer para com os outros, de tal modo que “amar” não sirva de pretexto para comportamentos mais negativos ou menos construtivos; (5) independência, (6) ligação com outras pessoas e com redes sociais mais vastas (Peele, 1988).

¹⁶ Peele (1976; in Peele, 1988, entre outros) fundamenta a sua concepção de amor na de Fromm, sendo que Amor assume um significado semelhante ao amor saudável deste autor, enquanto a adição – ou amor aditivo – corresponde ao amor imaturo. O amor aditivo resulta de uma enfatização do ideal romântico nos seus aspectos inconscientes, irresponsáveis e incontrolláveis. De acordo com Peele, adição significa que a ligação de uma pessoa a uma sensação, um objecto ou outra pessoa é tão forte que diminui ou anula a capacidade para lidar eficazmente com a restante realidade, inclusive consigo mesma, uma vez que essa ligação é a fonte exclusiva de gratificação. Vários autores comparam o amor aditivo à toxicodependência, e referem alguns factores individuais semelhantes entre dependentes de heroína e dependentes amorosos: baixa tolerância à frustração, falta de actividade positiva, história de relações dependentes e comportamento anti-social (Baumeister & Wotman, 1992; Lemay, 1997; Nelson, Hill-Barlow & Benedict, 1994; Peele, 1988).

¹⁷ Esta teoria será desenvolvida mais adiante.

¹⁸ Tennov (1979; in Hendrick & Hendrick, 1992, entre outros) utilizou o termo “limerence” para descrever o estado de enamoramento. Este estado amoroso que partilha de muitas das características do amor apaixonado descrito por Hatfield, Berscheid, e Walster, e das características do estilo Ansioso/Ambivalente referido por Hazan e Shaver, centra-se mais na experiência emocional e cognitiva individual do que numa experiência relacional, sendo, por isso, equivalente ao “empolgamento” (definido por Sternberg (1986) como um estado de paixão sem intimidade e sem compromisso). Assim, as principais características deste estado são: activação fisiológica, idealização do outro, pensamentos intrusivos, desejo do outro, dependência, vinculação emocional extrema, alterações do humor, medo de rejeição, etc.. Tennov distingue limerence de amor, caracterizando o amor como um estado calmo de amizade e apoio, onde existe uma verdadeira preocupação com o outro, mais semelhante ao estilo de vinculação seguro proposto por Hazan e Shaver. (Barnes & Sternberg, 1997; Hendrick & Hendrick, 1992; Shaver, Hazan & Bradshaw, 1988).

¹⁹ Esta teoria será desenvolvida mais adiante.

2.1.1.1.1. A Descrição de Algumas Teorias do Amor

Optamos por desenvolver com maior detalhe algumas das teorias, quer porque são consideradas centrais na literatura sobre o tema, quer porque são relevantes no âmbito específico do nosso estudo:

- *Amor apaixonado Amor companheiro* (Berscheid, e Walster, 1974);
- *Estilos de amor* (Lee, 1977; in Lee, 1988);
- *Amor como emoção* (Solomon, 1981; in Solomon, 1990);
- *Teoria triangular do amor* (Sternberg, 1986; in Sternberg, 1988);
- *O Amor como uma história* (Sternberg, 1994);
- *Amor ao longo da vida* (Sternberg, 1998);
- *Estilos/padrões de vinculação* (Hazan e Shaver, 1987; Bartholomew, 1991);
- *Amor romântico* (Branden, 1988);

Amor Apaixonado Amor Companheiro (Berscheid, e Walster, 1974)²⁰

Estes autores propõem uma distinção entre amor apaixonado e amor companheiro. O amor apaixonado é, muitas vezes, associado a “namorico”, “paixão súbita”, “amor doentio”, “amor obsessivo”, “paixão louca”, “enamoramento”, enquanto o amor companheiro, o mais das vezes, assume um significado de “amor verdadeiro”.

O amor apaixonado é definido como “*Um estado de intenso desejo de união com o outro. O amor recíproco (união com o outro) é associado a auto-realização e êxtase. O amor não correspondido (separação) é associado a vazio, ansiedade, ou desespero. Um estado de profunda activação fisiológica*” (Hatfield, 1988, p. 191). O amor companheiro é descrito como “*envolvendo amizade, compreensão, e preocupação com o bem estar do outro*”.

(...) o afecto que se sente por aqueles com quem as nossas vidas estão profundamente entrelaçadas.” (Hatfield, 1988, p. 191/205).

Os autores defendem que, no amor apaixonado, as pessoas não só experienciam um estado de activação fisiológica, mas também avaliam as circunstâncias de tal modo que as emoções activadas são classificadas como “amor”. Ou seja, as cognições influenciam a interpretação que se faz das emoções. O amor apaixonado inclui, então, componentes cognitivos – pensamentos intrusivos, preocupação com o parceiro, idealização do outro e da relação, desejo de conhecer o outro e de ser conhecido –, emocionais – atracção pelo outro, em especial atracção sexual, sentimentos muito positivos quando tudo corre bem e sentimentos muito negativos quando tudo corre mal, desejo intenso de reciprocidade, desejo de união total e permanente, forte activação fisiológica –, e comportamentais – acções para descobrir os sentimentos do outro, acções para servir o parceiro, comportamentos para manter a proximidade física.

O amor companheiro corresponde, nesta teoria, à intimidade, sendo visto como uma extensão e intensificação do gostar. Ao contrário do amor apaixonado que é temporário, o amor companheiro é mais estável, mais maduro e permanente.

De acordo com esta teoria, de um modo global, o início das relações é marcado por amor apaixonado, o qual é, com o passar do tempo, substituído pelo amor companheiro (Berscheid & Walster, 1974; Hatfield & Rapson, 1993; Hatfield, 1988). *“A atracção sexual, a comunicação intensa, e a turbulência emocional no início das relações dão, mais tarde, lugar (se a relação permanece) a uma intimidade calma, previsibilidade, e partilha de*

²⁰ Esta teoria, embora referida por muitos outros autores, é particularmente desenvolvida, por: Barnes & Sternberg, 1997; Fehr, 1988; Hatfield, 1988; Hatfield & Rapson, 1992; Hendrick & Hendrick, 1992; Levin 2000; Rusbult; Onizuka & Lipkus, 1993; Sternberg, 1997; Tzeng, 1993.

atitudes, valores, e experiências de vida.” (Hendrick & Hendrick, 1992, p.48).

Estilos de Amor (Lee, 1977; in Lee, 1988)²¹

Lee elaborou uma tipologia de estilos de amor, defendendo que o essencial não é encontrar uma definição de amor nem saber quanto se ama, mas sim distinguir diferentes estilos de amor, uma vez que a maior parte das pessoas procura o amor que mais as realize. Assim, e utilizando a analogia da cor, Lee propôs três estilos primários de amor – *Eros*, *Storge*, e *Ludus* –, e três estilos secundários que resultam de combinações dos primários – *Agape*, *Pragma*, e *Mania*. *Eros* é um estilo de amor apaixonado, e inclui emoções intensas, proximidade emocional, e marcada intimidade física e sexual; *Storge* é um amor companheiro, caracterizado por um lento e gradual desenvolvimento afectivo, progressiva auto-revelação, evitamento da paixão, e expectativa de compromisso a longo prazo; *Ludus* é uma amor-jogo, permissivo, pluralista, temporário, e emocionalmente controlado; *Mania* resulta da combinação entre os estilos *Eros* e *Ludus*, e caracteriza-se por ser um amor emocionalmente muito intenso com marcada dependência, onde predominam os ciúmes, preocupações obsessivas, e grande necessidade de confirmação de ser amado; *Pragma* resulta da combinação de *Storge* e *Ludus*, e caracteriza-se por ser um amor prático, racional e calculista, onde o mais importante é encontrar o parceiro mais compatível com os objectivos de vida; *Agape* combina *Eros* e *Storge*, e é um estilo altruísta com grande preocupação em dar afecto, proteger e cuidar do outro sem que se espere reciprocidade.

²¹ Esta teoria, embora referida por muitos autores, é particularmente desenvolvida por: Hendrick *et al*, 1984; Hendrick, Hendrick & Adler, 1988; Hendrick & Hendrick, 1992; Hendrick & Hendrick, 1997; Meeks, Hendrick & Hendrick, 1998; Rusbult, Onizuka & Lipkus, 1993; Tzeng, 1993.

A teoria de Lee foi posteriormente desenvolvida por outros teóricos. Lasswell e Lasswell (1976; *in* Hendrick *et al.*, 1984) desenvolveram uma escala baseada na teoria dos estilos de amor, a qual foi posteriormente reformulada por Hendrick *et al.* (1984). Hendrick e Hendrick encontraram algumas diferenças de género relativamente aos estilos de amor: os estilos *Storge*, *Pragma* e *Mania* parecem ser mais frequentes nas mulheres, enquanto o estilo *Ludus* é mais frequente nos homens. Não se encontraram diferenças significativas relativamente aos estilos *Eros* e *Agape*. Os autores investigaram também a relação entre religiosidade e estilos de amor, tendo verificado que as pessoas muito religiosas revelavam predominantemente os estilos *Storge*, *Pragma* e *Agape*. Num outro estudo, Hendrick e Hendrick investigaram a relação entre satisfação conjugal e estilos de amor, tendo constatado que, para homens e mulheres, o estilo *Eros* era um preditor positivo de satisfação. O estilo *Ludus* era um preditor negativo para os homens, e o estilo *Mania* era um preditor negativo para as mulheres. Neste estudo, verificou-se também que, nas mulheres, os estilos *Eros* e *Agape* eram preditores positivos de satisfação nos homens, enquanto o estilo *Ludus* era um preditor negativo. Num estudo posterior realizado por Meeks, Hendrick e Hendrick (1998), os autores confirmaram a correlação positiva entre satisfação conjugal e os estilos *Eros*, *Agape*, e a correlação negativa com o estilo *Ludus*, tendo encontrado ainda correlações positivas, mas mais modestas, com os estilos *Storge* e *Mania* (Hendrick, *et al.*, 1984; Hendrick, Hendrick & Adler, 1988; Hendrick & Hendrick, 1992; Hendrick & Hendrick, 1997; Lee, J., 1988; Meeks, Hendrick & Hendrick, 1998; Rusbult, Onizuka & Lipkus, 1993).

Richardson *et al.* (1989; *in* Meeks, Hendrick & Hendrick, 1998) investigaram a relação entre estilos de amor e estratégias para lidar com o conflito, e verificaram que as pessoas que valorizam as relações íntimas

tendem a utilizar estratégias construtivas centradas na relação, enquanto as que atribuem menos valor à intimidade usam predominantemente estratégias centradas em si mesmas. Assim, as pessoas com estilos *Eros* e *Agape*, devido ao elevado nível de investimento na relação e à grande preocupação com o bem estar do parceiro, usavam sobretudo estratégias integrativas, ou seja, estratégias construtivas que envolvem partilha de informação, colaboração e negociação. As pessoas com um estilo *Ludus* predominante tendiam a utilizar estratégias de evitamento, isto é, comportamentos de afastamento e negação do conflito.

Amor como Emoção (Solomon, 1981; in Solomon, 1990)

Para Solomon, o amor romântico é uma emoção. Para o autor, a conotação negativa que, frequentemente, é atribuída ao amor romântico advém de uma incorrecta definição de emoção. As emoções têm sido, na sua opinião, confundidas e limitadas a sensações predominantemente fisiológicas. Daí que, as emoções, para a maior parte dos psicoterapeutas, *“sejam tipicamente destrutivas, perigosas, perturbadoras. E o amor romântico, sendo uma emoção, não é excepção. Felizmente, contudo, tende a não perdurar (excepto nos “românticos” neuróticos), e assim pode ser substituída por sentimentos de muito melhor qualidade, designados também por “amor” – amor conjugal típico que é ou pode ser isento das paixões violentas dos romances incertos (...)”* (Solomon, 1990, p. 36). Solomon defende que emoções não são sensações. Quando muito, estas são consequências do amor que, por sua vez, aumentam a emoção. As emoções são construções inteligentes, estruturadas a partir de conceitos e julgamentos que aprendemos numa determinada cultura, e através das quais damos sentido às nossas experiências²².

²² De notar que a concepção de emoção de Solomon se aproxima da concepção de sentimento consciente de Damásio (Damásio, 1999)

O autor contesta também o carácter de passividade que é, geralmente, atribuído ao amor romântico. “O amor não é passivo e não é algo de que se “sofra” (...) *A passividade da paixão é, de facto, um mito (...) mas não é um mito nascido meramente da ignorância. (...) Tal como a maioria das nossas falsas crenças sobre nós mesmos, esta serve interesses próprios. (...) O mito das paixões dá-nos uma desculpa, um modo de negar a responsabilidade (ou pelo menos a responsabilidade total) de fazermos o que de facto queremos mesmo fazer.*” (Solomon, 1990, p. 39). Defende o autor que o amor é algo que se faz, mais do que se sofre, não é apenas uma sensação mas uma arte, e o que distingue o amor romântico de muitas outras emoções, incluindo outras formas de amor (maternal, fraternal, etc.), é precisamente a possibilidade de escolha, e é esta liberdade e esta capacidade de escolha que tornam o amor romântico tão importante e significativo.

Solomon conceptualiza o amor não como um estado, mas como um processo. E, na sua explicação deste processo, apela para a noção de movimento e mudança em Heraclito, onde “*a permanência é uma ilusão, e a mudança e o “fluxo” são a realidade*”. Heraclito afirmando que “*não conseguimos percorrer o mesmo rio duas vezes*”, ou o seu elemento favorito “*a vibrante dança do fogo, jamais em repouso*” (idem, 1990, p. 117). Os estados são meras aparências, pseudopausas entre movimentos, e Solomon recorre ao conceito de estruturas dissipativas de Prigogine, complexos organizados que emergem do caos, estruturas baseadas mais na mudança do que em estados de equilíbrio. O amor é, então, conceptualizado como movimento, desenvolvimento, criação mútua. Criação do si, defende o autor. Mas não unicamente o próprio si, nem exclusivamente o si do outro, ao contrário da maioria das outras emoções, onde o si está em oposição, ou isolado dos outros. No amor trata-se de um si partilhado, um si que é

concebido e desenvolvido em conjunto, um “*ego à deux*” (*idem*, 1990, p. 143). O que nos traz à memória o “absoluto do casal” de Caillé (1991): Mas a criação deste si partilhado confronta-se com a individualidade, a autonomia, e compreender o amor é também entender esta luta, esta tensão, a dialéctica entre “ser com o outro” e “ser individual”. Ou, como afirma Lou Andreas-Salomé, “*É preciso ter cada vez mais confiança em si à medida que se desenvolve um amor partilhado, já que dois seres só se tornam um quando se mantêm dois*” (Andreas-Salomé, 1990, p. 72). Ou, pelas palavras de Whitaker, “*Os ingredientes básicos de um completo “ela” e de um completo “ele” são necessários para a criação de um “nós” que possa aproximar-se da intimidade. Não tendo um “ele” e um “ela” com alguma maturidade, o processo de tentar tornar-se “nós” é repleto de confusão, desentendimento e desapontamento*” (Whitaker & Bumberry, 1990, p. 116) Sem tal dialéctica, não existe amor romântico. E, com ela, o amor requer tempo. Não tanto o tempo futuro do “para sempre”, mas sobretudo o tempo presente feito também de tempo passado, ambos delineando, criando o tempo futuro (Solomon, 1990).

Teoria Triangular do Amor (Sternberg, 1936; in Sternberg, 1988)

Sternberg defende que o amor é constituído por três componentes que, em conjunto, podem ser vistos como formando os vértices de um triângulo. Estes três componentes são a intimidade, a paixão, e a decisão/compromisso, sendo que cada um manifesta um aspecto diferente do amor.

A intimidade refere-se aos sentimentos de proximidade e aos laços emocionais.²³

²³ A concepção de intimidade de Sternberg encontra-se mais desenvolvida no sub-capítulo referente à intimidade.

O autor define paixão como “os impulsos que levam ao romance, atracção física, concretização sexual, e outros fenómenos relacionados” (Sternberg, 1997, p. 315). Se bem que as necessidades sexuais predominem na experiência de paixão, outras necessidades, tais como as de auto-estima, de proteger e ser protegido, de pertença, de domínio, de submissão, e de auto-realização, contribuem para esta experiência.

A decisão/compromisso diz respeito à decisão de que se ama alguém, e, a longo prazo, ao compromisso de manter esse amor. Estes dois aspectos não têm de ser simultâneos, uma vez que qualquer um deles pode existir na ausência do outro.

A partir destes três componentes, Sternberg propõe oito tipos de amor: *Não Amor* (ausência de todos os componentes); *Gostar* (presença exclusiva de intimidade); *Amor Empolgado* (presença única de paixão); *Amor Vazio* (presença única de compromisso); *Amor Romântico* (presença de intimidade e paixão); *Amor Companheiro* (presença de intimidade e decisão/compromisso); *Amor Louco* (presença de paixão e compromisso); *Amor Total* (presença dos três componentes). O autor considera que estes tipos de amor serão casos limite, uma vez que na maior parte das relações amorosas existem todos os componentes, ainda que em quantidades diferentes (Barnes & Sternberg, 1997; Sternberg, 1988; Sternberg, 1997; Sternberg, 1998). Contudo, relativamente a esta tipologia, permitimo-nos questionar alguns aspectos: se o amor é composto por três componentes, qual o sentido de uma classificação de 8 tipos de amor, em que apenas num dos tipos estão presentes os três componentes? Se o próprio autor considera que estes tipos de amor são casos limite, raros, então, porquê a tipologia? Como pode existir um tipo de amor que é denominado de Não Amor? Apesar de tudo, pensamos que seria mais adequado falar numa

“tipologia de relações relativamente ao amor”, ou, então, classificar os tipos de amor de acordo com um critério quantitativo dos vários componentes em vez de o fazer pela sua presença ou ausência.

Sternberg defende que a geometria do “triângulo do amor” depende de dois factores: da quantidade do amor representada por diferentes áreas - quanto maior o amor, maior a área; e do equilíbrio do amor, representado por diferentes formas do triângulo - por exemplo, um amor equilibrado relativamente aos três componentes corresponderia a um triângulo equilátero (Barnes & Sternberg, 1997; Sternberg, 1988; Sternberg, 1997; Sternberg, 1998).

De acordo com esta teoria, o amor não envolve um único triângulo, mas sim vários: triângulos reais *versus* triângulos ideais; triângulos que representam o amor pelo outro, e triângulos que representam o modo como o outro percebe o amor; triângulos que representam sentimentos e triângulos que representam acções (Barnes & Sternberg, 1997; Sternberg, 1988; Sternberg, 1997; Sternberg, 1998).

Sternberg (1988) defende, tal como Hatfield (1988), Berscheid e Walster (1974), que a maior parte das relações evolui do Amor Romântico para o Amor Companheiro.

O Amor como uma História (Sternberg, 1994)

O autor defende que, desde que se nasce, cada pessoa começa a formar uma ideia, uma história sobre o que deveria ser o amor, ou seja, as pessoas constroem as suas próprias noções de amor. Sternberg (1994) afirma que as pessoas têm uma hierarquia de histórias, desde as mais preferidas às menos preferidas. Estas histórias são influenciadas quer pelas características da personalidade, quer pelas experiências de vida, quer pela

interacção entre estes dois factores. Cada história envolve dois papéis complementares: por exemplo, numa história de fantasia, o papel de princesa e o de príncipe; numa história de trabalho, o de patrão e o de empregado; numa história de terror, o de carrasco e o de vítima, etc. (Sternberg, 1997).

Amor ao Longo da Vida (Sternberg, 1998)

Apoiando-se na *teoria do reforço* - de acordo com a qual gostamos de alguém quando nos sentimos recompensados na sua presença -, na *teoria da troca social* - uma forma específica da teoria do reforço aplicada às relações sociais que defende que, uma vez que as pessoas procuram maximizar recompensas e minimizar punições, tenderão a sentir maior atracção e intimidade relativamente àqueles que lhes dão mais recompensas e menos punições -, e na *teoria da equidade* - segundo a qual as pessoas são mais felizes em relações em que aquilo que dão é proporcional ao que recebem -, Sternberg enfatiza o *papel da recompensa* quer no início quer na manutenção das relações amorosas.

Sternberg considera que a *similitude* do casal no que diz respeito à valorização do amor, especialmente do amor romântico, bem como a similitude de padrões (como deveria ser) relativamente às relações em geral, e à sua em particular, é essencial para a sobrevivência relacional. A similitude na importância atribuída ao amor romântico, e a *reciprocidade* manifesta por um envolvimento semelhante na relação parecem tornar-se cada vez mais importantes ao longo do tempo.

Em estudos realizados, Sternberg identificou, como essenciais para a manutenção das relações amorosas, 10 aspectos relativos à intimidade, paixão e compromisso: comunicação/apoio, compreensão/apreciação,

tolerância/aceitação, flexibilidade/disposição para a mudança, valores/capacidades, questões relativas à família/religião, finanças/tarefas domésticas, atracção física/romance apaixonado, gostar/amizade, e fidelidade (Sternberg, 1998).

Estilos de Vinculação / Padrões de Vinculação (Hazan e Shaver, 1987; Bartholomew, 1991)

De acordo com Bowlby (1969, 1973, 1980)²⁴, a criança não existe num mundo amorfo, indiferenciado, mas sim num mundo rodeado por um «respondente» particular cujas acções complementam os comportamentos de procura de protecção da criança. Tais comportamentos são chamados «comportamentos de vinculação». As interacções que resultam desses comportamentos são descritas como enredando o sistema de vinculação da criança e o sistema de protecção do adulto. Entre criança e protector, o processo de receber e dar protecção requer interacções repetidas que, vistas como um todo, criam a relação (West & Sheldon-Keller, 1994). Na sua teoria, Bowlby predica a construção de modelos de funcionamento interno, baseados nas experiências reais, mas utilizados para extrapolar essas situações para novas situações, ou seja, modelos que servem a capacidade de adaptação à mudança. Refere ainda que a interacção com novas figuras de vinculação (pessoas especiais e preferidas cuja proximidade é fonte de segurança) permite a construção e reconstrução dos modelos de funcionamento interno. Os últimos anos de infância e a adolescência são, por exemplo, ocasiões, por excelência, para tal reconstrução, dado que as relações extra-familiares têm um papel primordial no desenvolvimento individual. Também a adultície é fonte de mudança, especialmente quando o

²⁴ Bowlby e Ainsworth são referidos em todos os estudos que descrevem a teoria da vinculação amorosa.

indivíduo experiencia acontecimentos de vida normativos ou não normativos, como o casamento, o nascimento dos filhos, a morte de alguém próximo, o divórcio, etc.. Cerca de 30% das pessoas sofrem alterações nos seus estilos de vinculação ao longo do tempo. O facto dos cônjuges tenderem a tornar-se mais Seguros ao longo do tempo, ou seja, tenderem a sentir-se mais confortáveis na dependência em relação ao parceiro, e menos ansiosos relativamente ao abandono, é revelador da influência do casamento nos padrões de vinculação (Davila, Karney & Bradbury, 1999; West & Sheldon-Keller, 1994).

É assim que, partindo da teoria de vinculação de Bowlby e de outros investigadores do desenvolvimento da criança - tais como Ainsworth (1978) com a sua tipologia de relações de vinculação -, os padrões de vinculação entre adultos têm vindo a tornar-se, nas últimas duas décadas, um alvo preferencial de vários estudiosos do amor e das relações conjugais (*idem*, 1994)²⁵. Hazan e Shaver (1987) foram os pioneiros neste domínio. Foi a partir dos seus trabalhos que muitos investigadores²⁶ desenvolveram a investigação no tema, tendo encontrado fortes relações entre estilos de vinculação e, por exemplo, ciúme, alcoolismo parental, percepções relativas à família de origem, perturbações do comportamento alimentar, bem estar, satisfação relacional, interdependência, confiança, compromisso, procura de apoio, auto-revelação, religiosidade, auto-estima, etc..

²⁵ Eis alguns dos autores consultados: Bartholomew, 1990; Bartholomew 1994; Bartholomew & Horowitz, 1991; Brennan & Shaver, 1995; Coble, Gantt & Mallinckrodt; Davila, Karney & Bradbury, 1999; Diehl *et al*, 1998; Feeney & Noller, 1990; Gerlsma, Buunk & Mutsaers, 1996; Griffin & Bartholomew, 1994; Hazan & Shaver, 1987; Kirkpatrick & Shaver, 1992; Kirkpatrick & Davis, 1994; Latty-Mann & Davis, 1996; Levy & Davis, 1988; Mikulincer, 1998; Mikulincer & Florian, 1999; Paley *et al*, 1999; Pistole, 1989; Pistole, 1994; Sanford, 1997; Scharfe & Bartholomew, 1995; Sharpsteen & Kirkpatrick, 1997; Shaver *et al*, 1996; Shaver, Hazan & Bradshaw, 1988; Simpson, 1990; Whisman & Allan, 1996; Young & Acitelli, 1998.

²⁶ Entre outros, Brennan & Shaver, 1995; Coble, Gantt & Mallinckrodt, 1996; Diehl *et al*, 1998; Mikulincer, 1998; Feeney & Noller, 1990; Griffin & Bartholomew, 1994; Kirkpatrick & Shaver, 1992; Sharpsteen & Kirkpatrick, 1997; Simpson, 1990.

A teoria dos estilos de vinculação amorosa de Hazan e Shaver parte de três postulados centrais: os estilos de vinculação formados na infância são determinantes dos estilos de vinculação no amor entre adultos; a continuidade no estilo de relação depende dos modelos mentais do si e das relações; e os três estilos de vinculação da infância – *Segura*, *Ansiosa* / *Ambivalente* e *Evitante* – podem aplicar-se às relações de amor entre adultos.

Os indivíduos *Seguros* têm uma boa imagem de si e dos outros. Descrevem a relação como feliz, com amizade, confiança, fácil, e estável. Defendem que os sentimentos românticos nunca desaparecem totalmente.

Os indivíduos *Ansiosos/Ambivalentes* são menos confiantes, descrevem o amor como obsessivo, apaixonam-se rapidamente, embora considerem que quase nunca encontram o “verdadeiro” amor, e receiam que o outro termine a relação. As relações caracterizam-se por um forte desejo de reciprocidade e intenso desejo sexual, altos e baixos emocionais, e são frequentes os ciúmes.

Os indivíduos *Evitantes* acham que o amor romântico é improvável ou impossível e que raramente dura. As suas relações caracterizam-se por medo de intimidade, ciúmes, e dificuldade na aceitação mútua (Feeney & Noller, 1990; Hazan & Shaver, 1987; Shaver, Hazan & Bradshaw, 1988; Sternberg, 1997; Rusbult, Onizuka & Lipkus, 1993; Tzeng, 1993).

A investigação com casais heterossexuais tem revelado que os estilos de vinculação estão relacionados com os níveis de confiança, amor, satisfação e compromisso²⁷ de ambos os parceiros (Kirkpatrick & Davis, 1994).

²⁷ Na aceção de compromisso pessoal.

Em estudos desenvolvidos com base na tipologia de Hazan e Shaver tem-se verificado que o estilo *Seguro* está associado a baixa tendência para o divórcio, níveis mais elevados de satisfação, confiança, intimidade e compromisso nas relações conjugais, continuidade de boas relações com os pais, boas relações com colegas, auto-revelação adequada, e poucos sintomas psicossomáticos. Pelo contrário, ambos os estilos *Inseguros* - *Ansiosos/Ambivalentes* e *Evitantes* - estão associados a insatisfação relacional, problemas relacionais com os pais, padrões desviastes de auto-revelação (padrões deficientes nos *Evitantes* e excessivos nos *Ansiosos/Ambivalentes*), maior solidão, e mais sintomas psicossomáticos (Kirkpatrick & Davis, 1994; Shaver *et al.*, 1996).

Collins e Read (1990) e Simpson (1990) verificaram também que o estilo de vinculação do parceiro é preditivo da própria avaliação da relação. Os autores encontraram menor satisfação em ambos os parceiros quando o homem era *Evitante* e quando a mulher era *Ansiosa/Ambivalente*. Os comportamentos típicos de mulheres *Ansiosas*, tais como possessividade e exigência de intimidade, são percebidos pelos homens como uma ameaça à sua autonomia e independência, gerando um elevado nível de conflito na relação. Por outro lado, uma vez que os homens *Evitantes* preferem manter uma grande distância emocional, sentirão, naturalmente, menor satisfação em relações de grande proximidade. Contudo, as relações entre homens *Evitantes* e mulheres *Ansiosas* parecem ter uma grande estabilidade apesar da pouca satisfação. Sendo certo que, para as mulheres *Ansiosas*, o abandono e a perda da relação são preocupações centrais, é de esperar que se tentem acomodar mais e que sejam mais activas nos esforços para manter a relação. Além do mais, o facto dos homens *Evitantes* preferirem o não envolvimento em conflitos, bem como as suas baixas expectativas relativamente aos parceiros, poderão contribuir para a estabilidade de

relações insatisfeitas. Os níveis mais elevados de ruptura parecem ocorrer em pares de homens *Ansiosos* e mulheres *Evitantes*. Nas relações amorosas são as mulheres que fazem mais esforços para manter a relação, mas são também elas quem mais termina as relações (Kirkpatrick & Davis, 1994; Lipovetsky, 1997). Assim sendo, será natural que as mulheres *Evitantes* estejam menos motivadas e tenham menos competências para manter as relações do que mulheres *Seguras* ou *Ansiosas* (Kirkpatrick & Davis, 1994).

Kim Bartholomew, na continuidade dos estudos de Hazan e Shaver, e fundamentando-se nas mesmas raízes teóricas - as teorias de Bowlby e de Ainsworth -, parte das variáveis representação interna (ou modelo de funcionamento interno) do si (positiva vs. negativa), e representação interna (ou modelo de funcionamento interno) do outro (positiva vs. negativa), pressupondo assim, pela sua conjugação, quatro padrões de vinculação: *Seguro* (representação positiva do si, ou seja elevada auto-estima; baixa dependência; representação positiva do outro. Assim, os indivíduos com um padrão *Seguro* de vinculação sentem-se confortáveis em relações próximas, não evitando a intimidade, mantendo-se numa posição de equilíbrio entre dependência e autonomia); *Preocupado* (representação negativa do si, ou seja baixa auto-estima; elevada dependência; representação positiva do outro. Os indivíduos com um padrão *Preocupado* sentem necessidade de relações próximas e de intimidade, mas dada a sua baixa auto-estima, receiam ser rejeitados ou abandonados. Desse modo, envolvem-se em movimentos de excessiva aproximação, têm dificuldades de autonomia, e procuram permanentemente a aprovação do outro) Bartholomew & Horowitz (1991) verificaram que as mulheres estão desproporcionalmente representadas nesta categoria; *Evitante Desligado* (representação positiva do si, ou seja, elevada auto-estima; baixa dependência; representação negativa do outro, isto é, percepção do outro como rejeitante, não

protector, calculista. Assim, os indivíduos com um padrão *Evitante Desligado* consideram-se auto-suficientes, sentem-se desconfortáveis em relações próximas e íntimas, evitando, por isso, o outro). Bartholomew & Horowitz (1991) verificaram que os homens estão desproporcionalmente representados nesta categoria; *Evitante Amedrontado* (representação negativa do si, ou seja, baixa auto-estima; elevada dependência; representação negativa do outro, isto é, percepção do outro como rejeitante, não protector, calculista. Os indivíduos com um padrão *Evitante Amedrontado* têm necessidade de relações próximas e íntimas, mas como têm uma representação negativa do si e do outro, evitam tais relações, dado que receiam ser rejeitados).

De acordo com Bartholomew, não é geralmente possível classificar um indivíduo num único padrão, dado que ainda que possa situar-se preferencialmente num dos padrões, poderá apresentar características dos outros (Bartholomew, K., 1990; Bartholomew, 1994; Bartholomew & Horowitz, 1991; Griffin & Bartholomew, 1994; Kirkpatrick & Davis, 1994).

Bartholomew e Horowitz (1991) desenvolveram três instrumentos de avaliação dos padrões de vinculação. A *Family Attachment Interview* é uma entrevista semiestruturada que explora as memórias e avaliações do indivíduo relativamente à sua experiência de crescimento na família de origem. Nesta entrevista, pede-se a descrição das relações com cada um dos pais, em particular experiências de aceitação e de rejeição, de separação e de perda na infância, bem como a interpretação dada aos comportamentos e intenções dos pais, e a explicação de como as experiências familiares moldaram a sua personalidade adulta. A *Peer Attachment Interview* é uma entrevista semi-estruturada que explora as relações com amigos e as relações amorosas passadas e actuais. Pede-se a

descrição da qualidade das relações, em particular, situações de aceitação e de rejeição, experiências de dar e receber apoio, reacções ao conflito e à ameaça de separação, e as expectativas face ao futuro. O *Relationship Questionnaire* é constituído por quatro parágrafos curtos, sendo que cada um representa um dos padrões de vinculação. Os sujeitos devem escolher o padrão que melhor se adequa às suas relações íntimas, e devem classificar, numa escala de sete pontos, o grau em que cada um corresponde às suas relações de proximidade em geral (Bartholomew & Horowitz, 1991; Griffin & Bartholomew, 1994).

Como já anteriormente referimos, estudos recentes têm dedicado atenção especial ao estudo da vinculação em relações amorosas em geral, e em relações conjugais em particular. De acordo com Kobak e Hazan (1991), os modelos de funcionamento interno do si e do outro são fortemente influenciados pela interacção recíproca entre os indivíduos e os seus parceiros, ou seja, são modificados pelas relações. Daí que Berman, Berman e Marcus (1994; *in* Sperling & Berman, 1994) considerem que a teoria da vinculação pode constituir um meio para explorar a interface entre os aspectos representacionais e os interaccionais das relações conjugais, não se limitando nem aos processos mentais internos do indivíduo, nem aos processos interaccionais no casal.

No que diz respeito à relação entre padrões de vinculação e atracção, os estudos – quer com base na tipologia de Hazan e Shaver, quer com base na tipologia de Bartholomew – revelam que todas as pessoas preferem como potenciais parceiros aqueles com um padrão predominante *Seguro*, e que entre os *Inseguros*, os *Preocupados* são preferidos aos *Evitantes* como potenciais parceiros. Os pares *Evitante-Evitante*, e *Ansioso-Ansioso* parecem ser os menos frequentes, o mesmo não acontecendo com os

pares *Ansioso-Evitante*. Tal pode ser compreendido se atendermos ao facto de que um padrão de insegurança semelhante violaria as expectativas de como um parceiro amoroso se deve comportar: as pessoas *Evitantes* esperam que os parceiros sejam dependentes, e procurem grande proximidade, enquanto as pessoas *Ansiosas* esperam que os parceiros evitem a intimidade, procurem a distância e sejam rejeitantes (Kirkpatrick & Davis, 1994; Latty-Mann & Davis, 1996).

Qualquer que seja a tipologia de referência, as investigações demonstram que as relações *Seguras* se distinguem de um modo global, pela satisfação conjugal, e, especificamente, por intimidade (Costa, 2000; Bartholomew & Horowitz, 1991) compromisso pessoal (Young & Acitelli, 1998), interdependência (Simpson, 1990), mutualidade (Feeney & Noller, 1991), confiança (Coble, Gantt & Mallinckrodt, 1996; Mikulincer, 1998; Pistole, 1993; Simon, 1990), maior auto-revelação e conforto com a revelação dos outros, apoio emocional, capacidade de depender dos outros (Coble, Gantt & Mallinckrodt, 1996), envolvimento (Bartholomew & Horowitz, 1991), equilíbrio entre pertença e autonomia (Feeney & Noller, 1991), utilização de estratégias construtivas de resolução de conflitos orientadas para o compromisso ou para a integração (Pistole, 1989; Scharfle & Bartholomew, 1995), etc. (Pistole, 1994).

A vinculação *Ansiosa ou Preocupada* é marcada por maior ansiedade, preocupação obsessiva com a dependência emocional, hipervigilância, o que interfere negativamente com a capacidade de confiar no parceiro (Coble, Gantt & Mallinckrodt, 1996).

A vinculação *Evitante* está associada a níveis baixos de envolvimento, proximidade, intimidade e compromisso. Bartholomew e

Horowitz (1991) referem que a capacidade de confiar nos outros é mínima, quer nos evitantes desligados quer nos evitantes amedrontados.

Em estudos realizados, constatou-se que os casais em que ambos os elementos têm um padrão predominante *Seguro* são os que apresentam um nível mais elevado de funcionalidade, níveis moderados de interacção positiva e pouco conflito. Os casais em que ambos os parceiros são *Inseguros* caracterizam-se por grande conflito, níveis baixos de funcionalidade, e interacções positivas mínimas. Os casais *Seguro-Inseguro* são os que apresentam mais interacções positivas, funcionalidade razoável, e pouco conflito (Coble, Gantt & Mallinckrodt, 1996).

Amor Romântico (Branden, 1988)

Para Branden, o amor romântico é *“uma apaixonada vinculação espiritual-emocional-sexual entre duas pessoas que reflecte uma elevada estima pelo valor de cada uma”* (Branden, 1988, p. 220). O autor defende que vinculação apaixonada, afinidade espiritual, ou seja, uma profunda mutualidade ao nível da filosofia de vida, intenso envolvimento emocional, forte atracção sexual, e admiração mútua são ingredientes indispensáveis para que se possa falar em amor romântico. Branden afirma também que o amor romântico não é onipotente: as pessoas trazem para a relação as suas dúvidas, medos, inseguranças, fragilidades, etc., o que, indubitavelmente pode causar desilusões e desencantamentos. Contudo, refere Branden, também os filhos e a profissão são, frequentemente, causa de desencantamentos, e nem por isso consideram os filhos ou a profissão um erro, nem por isso desistem. Uma relação amorosa *“como qualquer outro valor na vida, requer consciência, coragem, conhecimento, e sabedoria, para que se possa manter (...) O amor romântico requer coragem - a coragem de ser vulnerável, de abrir os nossos sentimentos ao nosso parceiro, mesmo*

quando estamos temporariamente em conflito, mesmo quando estamos frustrados, magoados, zangados – a coragem de permanecermos ligados ao amor; em vez de ficarmos em baixo emocionalmente; mesmo quando é terrivelmente difícil fazê-lo. Quando um casal perde esta coragem e procura «guardar-se» da dor no refúgio do evitamento, como tão frequentemente acontece, não foi o amor romântico que lhes faltou, mas foram eles que faltaram ao amor romântico” (Branden, 1988, pp. 223/230).

O autor observou casais que permaneciam felizes e apaixonados após muitos anos de casamento, e encontrou, em todos eles, determinados comportamentos: expressão verbal, física, sexual, e material do amor, expressão de admiração pelo outro, auto-revelação mútua, apoio emocional mútuo, aceitação de exigências e de imperfeições, e criação de tempos exclusivos do casal²⁸ (Branden, 1988).

2.1.2. Proposta de uma Reconceptualização dos Processos Afectivos

A reflexão sobre as teorias do amor que considerámos mais relevantes, bem como os vários estudos desenvolvidos neste âmbito, e os contornos que delineámos para os conceitos de amor, intimidade e compromisso levam-nos a uma proposta de reconceptualização dos processos afectivos.

Contudo, antes de a apresentarmos e desenvolvermos, pretendemos sublinhar alguns aspectos fundamentais para a sua clarificação e compreensão.

²⁸ A importância de tempos livres exclusivos do casal é também enfatizada por outros autores, uma vez que se tem verificada uma correlação positiva com a qualidade e satisfação conjugal, em particular, quando se trata de actividades conjuntas recreativas e activas, tais como actividades fora de casa, desportos, jogos de cartas, viagens, etc (Aron *et al*, 2000; Willi, 1997; Zuo, 1992).

1. Referimos, logo de início, que entendemos por *processos afectivos* os sentimentos de amor e os processos relacionais mais, comumente associados a estes sentimentos – intimidade e compromisso –, sendo que tais processos são, naturalmente, indissociáveis de processos cognitivos e comportamentais. “Naturalmente”, porque os afectos – “aquilo que manifestamos ou sentimos em relação a um objecto ou situação” (Damásio, 1999, p. 389) – implicam o seu reconhecimento, ou seja, a consciência deles enquanto tal, o que envolve necessariamente processos cognitivos, e traduzem-se, revelam-se, através do comportamento. Além de que, o impacto dos afectos abre a porta das intencionalidades, na medida em que permite o planejar (envolvendo, pois, cognições) de respostas (comportamentos) consequentes.

2. Entendemos que o amor pertence ao mundo dos sentimentos, enquanto *intimidade e compromisso* não são sentimentos, mas sim *processos relacionais* que catalisam e são catalisados pelos sentimentos de amor. Consideramos que, no contexto de uma relação amorosa, intimidade e compromisso são processos indissociáveis, uma vez que o desenvolvimento pleno da intimidade não é possível na ausência de compromisso pessoal, bem como o desenvolvimento deste último não faz sentido na ausência daquela.

3. Consideramos o amor como uma configuração complexa e dinâmica de sentimentos conscientes por um outro, a qual é indissociável do desejo físico-psicológico do outro, do desejo de mutualidade de sentimentos, e implica a redefinição criativa do próprio si como um si partilhado.

4. Conceptualizar o amor como uma configuração complexa e dinâmica de sentimentos; significa admitir que alguns dos sentimentos, o tipo de sentimentos, e a sua intensidade, podem variar, sujeitos às influências do tempo, das circunstâncias, às turbulências da relação, e dos próprios indivíduos, sem que, contudo, o amor perca o seu carácter unitário e as suas significações específicas que permitem o seu reconhecimento. De um modo geral, no início dos processos amorosos, tais significações estão sobretudo associadas à consciência dos sentimentos pelo outro, o que caracterizaria a atracção. À medida que o tempo – ou seja, a história –, se desenvolve, à consciência dos sentimentos pelo outro, acrescenta-se a consciência dos sentimentos com o outro, e a consciência dos sentimentos pelo “nós”. Seria, pois, impossível, pensamos, que os sentimentos se mantivessem estáticos, inalteráveis, quando a relação se vai recriando através de uma história de intimidade e compromisso. Tal como Caillé refere (1991), ao longo da história, há um “absoluto do casal” que emerge. Se antes existia um si individual de cada uma das duas pessoas, diz Solomon (1990), através do tempo, e é preciso tempo, há um si partilhado que é construído, criado, sem que, contudo, se perca a identidade de qualquer um dos indivíduos. O que é, naturalmente, gerador de tensões, dada a contradição dialéctica entre um sentido de identidade individual e um sentido de identidade partilhada. E outras contradições são inerentes à evolução das relações. Por exemplo, neste domínio de integração-separação, mas na interface do *holon* casal com *holons* extraconjugais, desenha-se a contradição inclusão-exclusão, ou seja, a tensão entre o envolvimento do casal com outros vs. o seu isolamento. Porque se, por um lado, um tempo privado é essencial ao crescimento das relações, por outro lado, o seu desenvolvimento exige também a socialização. E, “tempo privado” e “tempo público” limitam-se mutuamente. Outra contradição: estabilidade-mudança.

No *holon* casal, esta contradição refere-se à previsibilidade-surpresa. O casal enfrenta necessidades opostas de previsibilidade e certeza – certezas relativamente ao conhecimento do outro, aos sentimentos, ao estado da relação, às regras que regulam a interacção, etc. –, e de incerteza e novidade – as certezas totais; a ausência de novos estímulos, novas situações, novos acontecimentos, de espontaneidade, criatividade e originalidade pode ser fatal para os sentimentos e para a relação. Outra contradição diz respeito à revelação-privacidade, quer entre os membros do casal, quer entre o casal e outros *holons*. Se, por um lado, a intimidade do casal está fortemente alicerçada na revelação mútua, por outro, a revelação total poderá incluir elementos negativos que podem ferir o parceiro, desiludi-lo, e, assim, minar a intimidade. Na relação com outros *holons*, o casal enfrenta necessidades opostas de exposição – uma relação é legitimada socialmente pelo conhecimento, pela informação, que dela se tem –, e de privacidade – a privacidade, a confidencialidade entre os elementos do casal favorece o seu sentido de unidade, de coesão, de um todo distinto dos demais (Baxter & Erbert, 1999).

Perante tais movimentos na relação e da relação – e, como acabámos de referir, movimentos tantas vezes contraditórios – como será possível conceptualizar o amor como um sentimento no singular, ou como um conjunto único de sentimentos?

Pensemos no início de um processo amoroso. Vemo-lo marcado por sentimentos sobretudo primários e secundários, caracterizados por um perfil de “explosão” (Damásio, 1999); centrado sobretudo no si e no outro, sentimentos e desejos relativos ao outro; inscrito num tempo presente, imediato; vemos identidades individuais que procuram mais a fusão do que a integração, ou seja, que procuram manter-se como um todo absorvendo o

outro; e não ainda criar um todo integrando os dois; percebemos um “egocentrismo relacional”, o isolamento dos outros sobrepondo-se à socialização; as incertezas, a novidade sobrepondo-se às certezas, à previsibilidade. Este é um possível retrato da paixão, do romance. E não é amor?, perguntamos nós. Como não, quando esta configuração é reconhecida como tal pelos que amam, se lhe são atribuídas significações de amor?

Pensemos, agora, num processo amoroso com uma história mais longa. Vem-lo marcado sobretudo por sentimentos de fundo, os picos de “explosão” não tão contínuos, mas mais intermitentes; o foco na relação vai sendo cada vez maior, acrescentado ao si e ao outro, sentimentos e desejos relativos ao outro, com o outro, e relativos ao “nós”; há o sentido de uma história a dois, o tempo inclui o passado, o presente e o futuro; um “nós” que emerge, uma identidade partilhada sem que se perca cada uma das identidades individuais; a procura de equilíbrios entre o “privado” e o “público-social”, entre a previsibilidade e a surpresa, entre a revelação e a privacidade, busca de equilíbrios geradora de tensões e desequilíbrios, mas a “luta” é pela presença de cada um dos pólos das contradições. E não existe paixão, não existe romance?, perguntamos nós. Como não, se o que antes existia continuar presente, apenas acrescentado da uma história, de um “nós”, gerador, naturalmente, de novos sentimentos?

Trata-se de amor, e, concordamos com Davis e Todd (1982; in Tzeng, 1993, entre outros) Branden (1988), Solomon (1990), que defendem uma concepção unitária do amor – o amor romântico –, e não uma concepção tipológica de amor, onde alguns tipos incluem a paixão e outros a excluem, sendo que o amor apaixonado é, frequentemente, conotado negativamente.

Referimos anteriormente o estudo de Branden (1988) com casais que, ao fim de muitos anos, se afirmavam felizes e apaixonados, tendo

verificado que tais casais mantinham comportamentos reveladores de paixão, tais como expressão verbal, física e sexual dos sentimentos, expressão de admiração pelo outro, e tempos livres exclusivos do casal. Aron e Henkemeyer (1995) referem que os poucos estudos que investigaram especificamente a paixão no casamento revelaram níveis elevados de paixão em casais casados há vinte anos ou mais, e referem também estudos onde se verificou que as diferenças na satisfação conjugal eram largamente explicadas pelo amor (apaixonado). Num estudo realizado pelos próprios autores, foram encontradas correlações elevadas entre satisfação conjugal (e outras variáveis relacionais) e paixão, principalmente nas mulheres, embora o nível médio de paixão dos homens fosse tão elevado ou mesmo superior ao das mulheres. Hendrick e Hendrick (1998) constataram que o amor *Eros* é um preditor positivo de satisfação. Sternberg (1998) considera a atracção física/romance apaixonado como um dos aspectos essenciais para a manutenção das relações amorosas²⁹. Também Grunebaum (1997), e Willi (1997) consideram que o amor é uma base essencial para a manutenção e satisfação da relação conjugal. Num estudo realizado, Willi (1997) verificou que estar apaixonado é *“uma importante e séria qualidade numa relação, e a sua ausência não é, aparentemente, compensada pela mera simpatia, respeito e argumentos racionais (...) O estar apaixonado envolve uma transformação a longo prazo dos sistemas conceptuais pessoais. A anterior visão individual do mundo é atenuada, dando lugar a uma nova construção e percepção da realidade que é ligada à do parceiro (...) Juntos, os parceiros criam o seu próprio mundo, com os seus valores, visões, atitudes, normas e regras”* (Willi, 1997, p. 179/181). Quando um casal entretece num todo coerente os diferentes acontecimentos, comportamentos, imagens da

²⁹ O que representa uma evolução na sua conceptualização do processo amoroso amor, tal como é apresentada a propósito da Teoria Triangular do Amor (1987).

realidade, etc., as significações que emergem aumentam a segurança na relação (Orbuch, Veroff & Holmberg, 1993). A história da relação que o casal conta e o modo como a conta, bem como as metáforas usadas reflectem as suas teorias implícitas, e, portanto, as crenças e significações sobre as relações, em geral, e sobre a sua própria relação (Buehlman, Gottman & Katz, 1992; Knee, 1998; Orbuch, Veroff & Holmberg, 1993; Sternberg, 1998). Num estudo longitudinal realizado por Sprecher e Metts (1999), constatou-se que as crenças românticas - “o amor vence obstáculos”, “só há um verdadeiro amor”, “idealização do parceiro e da relação”, e “é possível o amor à primeira vista” - estão fortemente correlacionadas com amor, satisfação e compromisso. Verificaram também que, nos homens, um maior romantismo (crenças românticas) é preditor de um aumento de compromisso, enquanto nas mulheres, um nível elevado de compromisso é preditor de um aumento de romantismo. O estudo revelou ainda que o nível de romantismo é mais elevado nos homens do que nas mulheres. Ao longo do tempo, os níveis de romantismo parecem descer, quer em homens quer em mulheres, muito embora não se verifique diminuição no amor, satisfação e compromisso (Sprecher & Metts, 1999).

Assim, verifica-se que o amor apaixonado ou romântico não é exclusivo do início dos processos amorosos, mas que continua ao longo das relações, e que é essencial para a construção de um sentido de identidade partilhada, para a satisfação e para a estabilidade conjugal.

5. Consideramos que a intimidade³⁰ inclui vários processos relacionais, entre os quais destacamos: partilha, auto-revelação, apoio, confiança, mutualidade, interdependência e sexualidade.

³⁰ Este tema será desenvolvido detalhadamente mais adiante.

6. Consideramos que o compromisso³¹, enquanto processo afectivo, ao significar o desejo e decisão de continuar a relação, tem subjacente, sobretudo, um investimento na relação, ou seja, o compromisso pessoal, e não apenas o compromisso estrutural e moral.

Clarificados aspectos que considerámos essenciais, passaremos agora, à apresentação e explicitação da nossa proposta de conceptualização dos processos afectivos.

Consideramos que estes processos se encontram interligados num ciclo de automanutenção de duplo sentido. Assim, os sentimentos conscientes de amor catalisam os processos de intimidade e de compromisso, os quais, por sua vez, se influenciam mutuamente. A intimidade e compromisso é percebida positiva ou negativamente por cada um dos elementos do casal. Se esta avaliação for positiva será geradora de satisfação relacional afectiva. Por sua vez, a satisfação afectiva - e enfatizamos a origem etimológica de “satisfação”, do Latim *Facere Satis*, que significa “fazer o bastante” (Levinger, 1997) -, é geradora de sentimentos de amor, os quais catalisam a intimidade e o compromisso, repetindo-se o ciclo.

Por outro lado, num sentido inverso ao anterior, os sentimentos conscientes de amor geram satisfação relacional afectiva, o que pode levar a uma avaliação positiva da intimidade e do compromisso, a qual, por sua vez, será responsável pelos esforços tendentes ao aumento de intimidade e de compromisso.

³¹ Este tema será desenvolvido detalhadamente mais adiante.

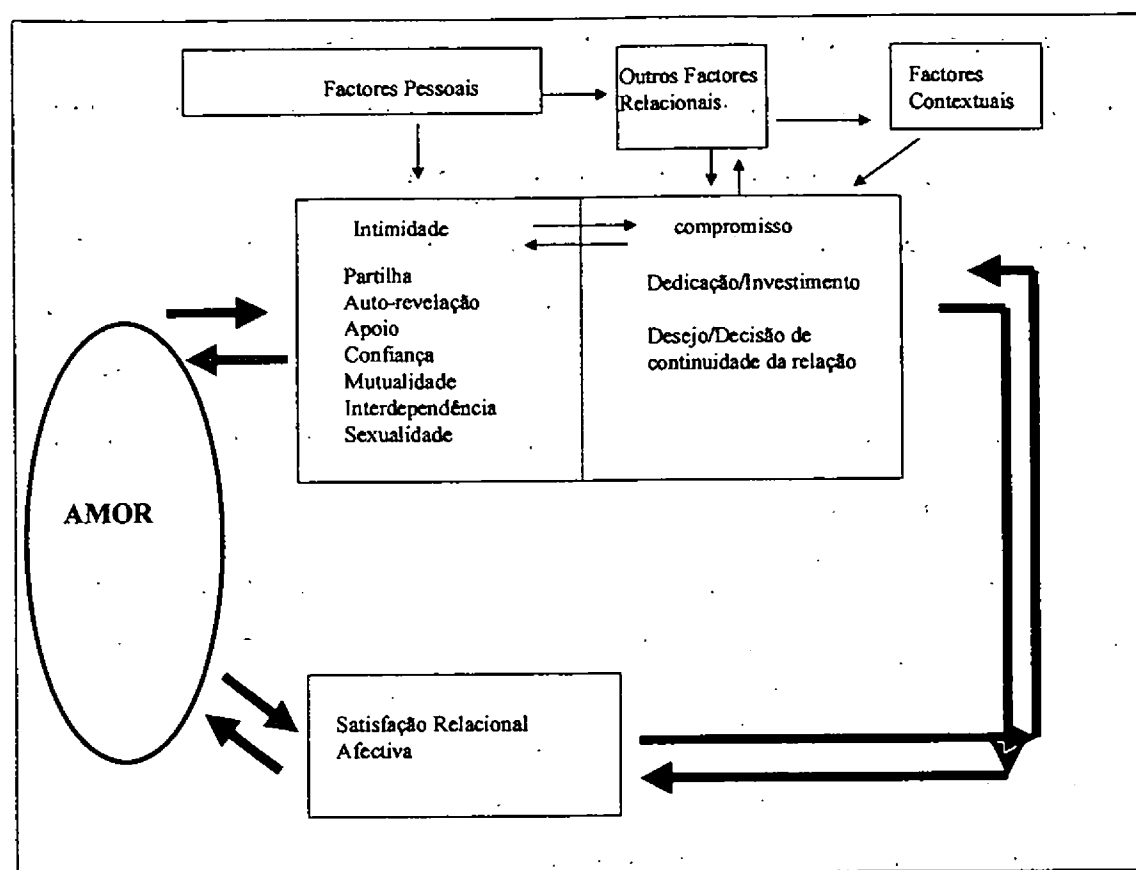


Figura 1
Conceptualização dos Processos Afectivos

No primeiro sentido do ciclo, as avaliações pessoais de intimidade e de compromisso baseiam-se directamente na análise de dados e situações concretas da relação. Já no segundo sentido, as avaliações baseiam-se directamente na satisfação relacional afectiva global decorrente dos sentimentos de amor experienciados, o que remete para o fenómeno de “inundação afectiva” (Weiss, 1980; *in* Whisman, 1997). Uma vez que este fenómeno parece ser mais característico dos homens, enquanto as mulheres fundamentam a sua satisfação sobretudo na análise de situações relacionais concretas e actuais (Goleman, 1997; Sternberg, 1998), sugerimos que o primeiro sentido do ciclo será mais típico das mulheres, enquanto o segundo sentido será mais característico dos homens.

Note-se que todo este processo afectivo é ainda influenciado por factores pessoais – lembramos, como exemplos, os padrões de vinculação referidos nas teorias da vinculação, e a auto-imagem, o locus de controlo e a auto-realização enfatizados por Dion e Dion (1988); por outros factores relacionais, tais como factores cognitivos (percepções, atribuições, expectativas, etc.) e factores comportamentais (comunicação, conflito e resolução de conflitos, controlo relacional, etc.); por factores contextuais (família de origem, rede social, profissão, etc.); pelo factor tempo ou percurso temporal de vida (tempo de casamento, etapas do percurso conjugal e do percurso de vida, etc.); e, ainda, por factores demográficos.

2.1.3. A Intimidade – uma Estrada de Amor

(...)
Ai, vida minha,
entre nós não arde só o fogo,
mas a vida toda,
a história simples,
o simples amor
duma mulher e dum homem
parecidos a todos.”
Pablo Neruda, *Os Versos do Capitão*

2.1.3.1. A Essência da Relação

A maior parte dos autores que estuda a conjugalidade considera que a intimidade é um aspecto vital nas relações amorosas. Vital, porque constitui os alicerces do amor (Dion & Dion, 1988; Levinger, 1988; Sternberg, 1998), sendo uma espécie de “cola original das relações significativas” (Levine, 1991, p. 260). Numa investigação realizada por Kayser (1993), com casais insatisfeitos, verificou-se que a falta de

intimidade dos parceiros era o factor que mais contribuía para a insatisfação conjugal. Os sujeitos da amostra referiam “falta de romance”, “falta de actividades conjuntas”, “ausência de apoio emocional”, “incapacidade para compreender os sentimentos”, “problemas ao nível da intimidade e partilha”, “falta de companheirismo”, e “falta de vinculação emocional”, sendo os aspectos que os indivíduos referiam como mais ausentes a auto-revelação, o apoio emocional, e o companheirismo. De acordo com Rampage (1994), os principais obstáculos à intimidade conjugal são a insuficiência ao nível dos comportamentos de vinculação e de preocupação/atenção com o parceiro. Tais comportamentos criam como que uma *“almofada de confiança e sentimentos positivos relativamente ao outro”* (Rampage, 1994, p. 129), o que alimenta o compromisso pessoal face ao parceiro e à relação (Beach & Tesser, 1988). Como já referimos, também Gottman defende que a amizade profunda – que se caracteriza pelo respeito mútuo, prazer em estar com o outro, conhecimento íntimo recíproco, estima elevada, e expressão quotidiana dos afectos – constitui uma “arma secreta” contra a negatividade, catalisa os sentimentos de amor e mantém a relação apaixonada (Gottman & Silver, 2000).

2.1.3.2. Os sentidos de Intimidade

A pesquisa bibliográfica que realizámos, permitiu-nos constatar diferentes conceptualizações de intimidade, quer na dimensão relacional vs. qualidade individual, quer nas dimensões estado ou produto vs. processo dinâmico. Assim, e no que diz respeito à primeira dimensão, para uns, a intimidade é uma qualidade das relações, e refere-se aos comportamentos interpessoais cujo objectivo é a manutenção de um nível confortável de proximidade. Outros conceptualizam-na como uma qualidade das pessoas:

como a motivação para procurar experiências íntimas, defendendo que o desejo ou necessidade de proximidade e de afecto é variável; como uma capacidade; como um processo cognitivo, avaliativo; como um sentimento. Um terceiro quadro conceptual, sugerindo uma perspectiva integrativa defende que a intimidade é sobretudo uma qualidade das relações – não existe intimidade sem comportamentos interpessoais –, muito embora o seu desenvolvimento implique qualidades pessoais – sentimentos, capacidades, motivações e processos individuais (Acitelli & Duck, 1987; Laurenceau, Barrett & Pietromonaco, 1998; Perlman & Fehr, 1987). Tais qualidades pessoais são adquiridas e desenvolvidas ao longo do ciclo de vida, *“tomando formas, significados e complexidades diferentes de acordo com as características e propriedades das relações”* (Costa, 2000, p. 2), uma vez que é através das experiências relacionais que se aprende sobre o si e sobre o mundo (Costa, 2000).

Também relativamente à dimensão estado ou produto vs. processo dinâmico se distinguem três quadros conceptuais. No primeiro, a intimidade é um estado ou um produto da relação; no segundo, é um processo dinâmico sujeito a flutuações ao longo do tempo; e, no terceiro, defende-se uma conceptualização integrativa que incorpora ambas as perspectivas: *“Intimidade pode ser vista como um processo, um modo característico de relação que se desenvolve ao longo do tempo, sujeito a mudanças, mas, contudo, adquirindo contornos relativamente estáveis”*. (Acitelli & Duck, 1987, pp. 300/301).

Hatfield define intimidade como um processo em que se tenta estar próximo de um outro, em que se procura explorar semelhanças e diferenças relativamente a sentimentos, pensamentos e comportamentos, e em que é sentida a compreensão, a validação, e o afecto do outro (Hatfield, 1984;

1988; Hatfield & Rapson, 1993). Hatfield (1993) refere-se à intimidade como sendo constituída por uma série de “fios entretecidos” – afecto, confiança, expressão emocional, comunicação, e sexo. De acordo com a autora, o amor e o afecto são a primeira condição de intimidade. Se as pessoas sabem que são amadas, arriscam uma maior exposição ao outro, revelando os seus sentimentos e pensamentos mais interiores, uma vez que se sentem compreendidas e apreciadas.

Para Sternberg (1998), a intimidade refere-se aos sentimentos que promovem a proximidade e a criação de laços numa relação, incluindo pelo menos 10 elementos: desejar promover o bem estar do amado; experienciar felicidade com o amado; ter uma percepção muito positiva do amado; poder contar com o amado em situações de necessidade; existir compreensão mútua; partilhar-se a si mesmo e partilhar os seus bens com o amado; receber apoio emocional; dar apoio emocional; comunicar intimamente; valorizar o amado. De acordo com o autor, não é necessário que todos estes sentimentos estejam presentes para se experienciar intimidade. A intimidade começa com a auto-revelação, e exige determinadas qualidades na relação para o seu desenvolvimento: confiança, honestidade, respeito, compromisso, segurança, apoio, generosidade, lealdade, mutualidade, estabilidade, compreensão e aceitação.

Wynne e Weingarten (1991; 1992; in Rampage, 1994) definem intimidade como uma experiência em que *“as pessoas partilham significados ou co-criam significados e são capazes de coordenar as suas acções de modo a reflectir a sua construção mútua de significados”* (Rampage, 1994, p. 128). Esta partilha ou co-criação, ao longo do tempo, vai realçando o sentido do “nós” – ou, poder-se-ia dizer, o “absoluto do casal” (Caillé, 1991) – dado que valida o si de cada elemento bem como a própria relação, e cria uma

fronteira em torno da relação que a marca como muito significativa, levando ao aumento do seu valor e importância (Aron, Aron, Tudor & Nelson, 1991; Rampage, 1994).

Chelune, Robison, e Kommor (1984) referem seis qualidades relacionais que caracterizam uma relação íntima e que se desenvolvem ao longo do tempo: conhecimento dos aspectos mais interiores e subjectivos, mutualidade, interdependência, confiança, compromisso, e atenção/cuidado/preocupação com o outro.

De acordo com Reis (Clark & Reis, 1988; Reis, 1998), o processo de intimidade começa quando alguém expressa os seus sentimentos e pensamentos relevantes a outra pessoa, sendo que tais expressões podem ser verbais ou não verbais, intencionais ou não intencionais, explícitas ou implícitas. Ou seja, o fundamental é que há pelo menos uma parte significativa do si mais interior - esperanças, objectivos, medos, motivos, sentimentos, etc. - que é comunicada ao outro. Contudo, de acordo com Reis (1998), como a intimidade é um processo interaccional, depende não só da expressão do si de um dos parceiros (A), mas também da resposta do outro (B). Isto significa que respostas verbais ou não verbais que demonstram incompreensão, falta de apoio, ou desinteresse, inibem ou anulam o processo de intimidade, enquanto respostas empáticas que revelam compreensão, apreciação, e respeito facilitam a intimidade. Contudo, o processo de intimidade não termina aqui. Se A se sente compreendido, valorizado, respeitado, e se sente o afecto e preocupação de B, as suas reacções verbais e não verbais levam B a sentir um maior envolvimento emocional e satisfação pessoal, quer por uma espécie de contágio emocional, quer por sentir o seu impacto positivo em A (Laurenceau, Barrett & Pietromonaco, 1998; Reis, 1990; Reis, 1998).

Frequentemente, intimidade surge como sinónimo de proximidade (Aron, Aron, Tudor & Nelson, 1991; Schnarch, 1991). Contudo, alguns autores diferenciam estes conceitos, significando proximidade o estar com o outro, ser parte do outro, ser um com o outro, enquanto intimidade é associada aos processos de auto-revelação mútua, afecto e validação (Clark & Reis, 1988; Cutrona, 1996; Hatfield, 1993; Heller & Wood, 1998; Nelson, Hill-Barlow & Benedict, 1994; Schnarch, 1991). Partindo da definição de proximidade de Berscheid, Snyder & Omoto (1989; in Aron, Aron & Smollan, 1992), como *“um construto multidimensional consistindo em quantidade de tempo passado em conjunto (frequência), variedade de interações (diversidade), e grau de influência percebida que o outro tem nas decisões, actividades e planos (força) de alguém”* (Aron, Aron & Smollan, 1992, p. 596; Aron, Aron, Tudor & Nelson, 1991; Berscheid, Snyder & Omoto, 1989), podemos considerar as relações de proximidade como uma classe, sendo as relações íntimas um dos elementos dessa classe.

2.1.3.3. A Intimidade sentida

A palavra intimidade tem a sua origem etimológica no Latim *intimus*, que significa “o mais interior”. Consequentemente, a maior parte das definições de intimidade enfatiza a ideia de “partilha do que é mais interior” através da auto-revelação. Noção também enfatizada por Jean Guittton ao afirmar que *“Quando se ama e se é amado deseja-se partilhar. A partilha implica ausência de egoísmo, chave do casamento feliz, durável”* (Guittton & Antier, 1999, p. 41). A revisão de literatura, onde intimidade é associada a diversos processos relacionais, acabou por nos sugerir uma imagem: a de um tecido relacional entretecido por dois fios nucleares – partilha e auto-revelação –, os quais se ligam a outros fios – apoio emocional, confiança, mutualidade, interdependência e sexualidade.

Alguns autores (Rubin, 1983; Duck & Wright, 1993; Markman & Kraft, 1989; Wood & Inman, 1993) sugerem que intimidade não tem o mesmo significado para homens e mulheres: os homens tendem a associar intimidade a proximidade, partilha de actividades, resolução prática de situações, e sexualidade, enquanto para as mulheres, intimidade assume um significado de diálogo, em particular, revelação de sentimentos e opiniões pessoais, compreensão recíproca e expressão de afecto³². Contudo, outros autores (Helgeson, Shaver & Dyer, 1987) verificaram que as semelhanças são de longe maiores do que as diferenças. Estes autores realizaram uma investigação onde pediam aos indivíduos da sua amostra que descrevessem detalhadamente duas experiências passadas íntimas e duas não íntimas, uma com um parceiro masculino, e outra com um parceiro feminino. Ambos os sexos referiram apreciação, afecto, revelação de sentimentos pessoais, e partilha de actividades como componentes centrais de intimidade. Tais semelhanças foram também encontradas em outras investigações, verificando-se que as competências emocionais são mais valorizadas do que as competências instrumentais. Relativamente às diferenças, Helgeson, Shaver & Dyer verificaram que: as mulheres referiam mais o diálogo do que os homens, especialmente em interacções com parceiros do mesmo sexo; os homens referiam mais do que as mulheres actividades conjuntas, mas apenas com parceiros do mesmo sexo; o contacto físico, incluindo a sexualidade era mais central nas descrições dos homens; em interacções com parceiros do mesmo sexo, os homens referiam mais do que as mulheres a apreciação pelo parceiro, enquanto esta era mais citada pelas mulheres em interacções com homens (Reis, 1998).

³² Entre outros: Collins & Miller, 1994; Feeney, 1999; Heller & Wood, 1998; Hinde, 1984; Larson, Peterson, Heath & Birch, 2000; Levine, 1991; Perlman & Fehr, 1987; Rampage, 1994; Reis, 1998; Talmadge & Dabbs, 1990.

2.1.3.3.1. Os “fios” da Intimidade

2.1.3.3.1.1. Partilha e auto-revelação

“As relações íntimas são relações abertas. Parceiros que se sentem íntimos um com o outro, também dizem que podem ser abertos um com o outro, que guardam alguns segredos entre si. Dizem coisas um ao outro e revelam partes de si próprios que habitualmente não revelam a outras pessoas (...)” (Nowinski, 1988, p. 40).

A auto-revelação é o processo através do qual uma pessoa se deixa ser conhecida por outra, ou seja, inclui qualquer informação revelada que se refira a si mesma, sobre os seus estados pessoais, disposições, história de vida, valores, fraquezas e forças, idiossincrasias, esperanças e medos, acontecimentos e planos, etc.³³. Em várias investigações onde se pretendeu estudar a relação entre auto-revelação e gostar, verificou-se que as pessoas tendem a gostar mais de quem se lhes revela; que a auto-revelação é maior com pessoas de quem se gosta; e que a auto-revelação aumenta o gostar do outro (Collins & Miller, 1994).

As relações de intimidade são marcadas por um desejo mútuo de conhecer o parceiro e de se dar a conhecer (Derlega, 1984; Rook, 1987). À medida que a intimidade vai aumentando, o nível de auto-revelação vai aumentando, quer em termos quantitativos, quer em termos qualitativos (Derlega, 1984). Nas fases iniciais da relação, parece predominar uma informação mais factual – descritiva – sobre o si. À medida que a relação evolui, a informação vai sendo cada vez mais emocional – avaliativa –, incluindo a revelação de sentimentos não só sobre o si, mas também sobre o

³³ Entre outros: Aron, Aron, Tudor & Nelson, 1991; Baumeister & Wotman, 1992; Birtchnell, 1986; Collins & Miller, 1994; Dandeneau & Johnson, 1994; Derlega, 1984; Fitzpatrick, 1988; Hatfield & Rapson, 1993; Heller & Wood, 1998; Laurenceau, Barrett & Pietromonaco, 1998; Levine, 1991; Levinger & Huston, 1990; Nowinski, 1988; Rook, 1987; Sternberg, 1998; Young & Gluhoski, 1998.

parceiro e sobre a relação (Clark & Reis, 1988; Fitzpatrick, 1988; Laurenceau, Barrett & Pietromonaco, 1998).

A auto-revelação não se limita apenas à linguagem verbal, mas inclui também componentes não verbais - proximidade física, o olhar, o toque, etc. - os quais são considerados comportamentos de envolvimento que aumentam ou diminuem o impacto do conteúdo verbal (Clark & Reis, 1988, Flora & Segrin, 2000).

A auto-revelação permite o desenvolvimento de perspectivas, objectivos e decisões conjuntas, o desenvolvimento da capacidade de proteger o outro e de realizar as suas necessidades, e permite a progressiva compreensão e validação do outro, o que, por sua vez, facilita o desenvolvimento do sentido do “nós” na relação. Assim, a auto-revelação é essencial para o desenvolvimento das relações, uma vez que promove a reciprocidade do gostar e reduz as incertezas sobre o parceiro (Chelune, Robison & Kommor, 1984; Derlega, 1998; Fitzpatrick, 1988).

Como já referimos, grande parte das investigações realizadas no âmbito da intimidade têm revelado diferenças de género relativamente à intimidade, principalmente no que diz respeito à expressão emocional. As mulheres apresentam níveis bastante mais elevados de auto-revelação do que os homens, embora em relações heterossexuais de grande intimidade tal diferença não seja tão acentuada, parecendo ser emocionalmente mais sensíveis e expressivas (Goleman, 1997; Hatfield, 1993; Fitzpatrick, 1988; Reis, 1998). Ou seja, enquanto as mulheres são sobretudo orientadas pelos afectos, a orientação dos homens parece ser mais instrumental (Kunkel & Burleson, 1998; Lipovetsky, 1997). Assim, se as mulheres parecem ser mais expressivas, os homens parecem ter uma maior capacidade para ocultar ou controlar as emoções. Também relativamente ao modo de expressão das

emoções se encontram diferenças: enquanto as mulheres expressam as emoções sobretudo através da comunicação verbal e da expressão facial, os homens parecem fazê-lo mais através de acções (Guerrero & Reiter, 1998). A maior expressividade das mulheres parece dever-se também ao facto dos homens terem, geralmente, uma percepção mais optimista da sua relação conjugal, a que não é alheio o fenómeno de “inundação afectiva” mais acentuado naqueles. A análise das mulheres mais baseada em factos concretos e actuais, leva a uma maior necessidade de discutir questões emocionais e relacionais. Se acrescentarmos a esta maior necessidade de verbalização por parte das mulheres, a tendência que se encontra nos homens para evitarem confrontos emocionais e a sua menor habilidade para decodificar mensagens, poder-se-á compreender mais claramente as diferenças de género relativamente à auto-revelação (Goleman, 1997; Gottman, 2000; Sternberg, 1988).

É ainda importante considerar a relevância da aprendizagem no que diz respeito à valorização daquilo que é importante numa relação: para as mulheres, tal como lhes é ensinado, a conversa é o principal meio para criar e manter intimidade; para os homens, a conversa serve para se conseguir fazer coisas, realizar tarefas, fornecer informação e manter a autonomia (Kunkel & Burleson, 1998).

2.1.3.3.1.2. Apoio Emocional

Nas relações íntimas há um profundo sentido de envolvimento, um sentimento de ligação, um sentido de junção de almas (Nowinski, 1988, p.40).

O apoio emocional, conjuntamente com o denominado apoio informacional – assistência material, orientação e aconselhamento e

pertença a grupos -, faz parte do que se considera ser o apoio funcional. Este tipo de apoio distingue-se do designado apoio estrutural que inclui características objectivas de ligações a actividades sociais, tal como a frequência de contacto social ou a dimensão da rede social (Reis, 1998).

Sentir-se amado, compreendido, valorizado e respeitado, sentir o cuidado, a atenção, a preocupação e protecção dos outros é um dos principais componentes das relações de intimidade, e uma das fontes mais ricas de bem estar psicológico e de saúde física³⁴. A empatia parece estar subjacente ao apoio emocional, o que facilmente se entende, uma vez que é uma característica essencial para se compreender e aceitar os sentimentos do parceiro (Cutrona, 1996; Hatfield, 1993; Kayser, 1993; McCullough *et al*, 1998; McCullough, Worthington & Rachal, 1997). A empatia implica autoconhecimento e auto-estima, e, particularmente, a capacidade de descentração e de escuta activa, o que torna as pessoas mais sensíveis aos sinais verbais e não verbais que revelam sentimentos e desejos do outro (Goleman, 1997; Perlman & Fehr, 1987).

Levenson (Levenson & Ruef, 1992) realizou uma experiência com casais, de modo a estudar o substracto fisiológico da empatia. Os casais eram gravados numa situação interactiva de discussão de um problema relacional, e eram medidas as suas reacções fisiológicas. Posteriormente, cada um deles revia o vídeo, e descrevia, sequência a sequência, o que estava a sentir. A seguir, voltavam a ver a gravação, e cada um tentava adivinhar os sentimentos do parceiro. Levenson verificou que a maior acuidade empática ocorria nos casais em que as reacções fisiológicas de um eram semelhantes

³⁴ Entre outros: Beach, Fincham, Katz & Bradbury, 1996; Bray & Hurvey, 1992; Carels & Baucom, 1999; Chelune, Robison & Kommor, 1984; Hatfield & Rapson, 1993; Heller & Wood, 1998; Josselson, 1996; Kayser, 1993; Kunkel & Burleson, 1998; Nowinski, 1988; Pasch & Bradbury, 1998; Perlman & Fehr, 1987; Reis, 1990; Reis, 1998; Sternberg, 1998; Ross, 1995.

às do outro, como se o corpo de um espelhasse o corpo do parceiro. Margolin (1979; *in* Cutrona, 1996) e Gottman (Gottman & Silver, 2000) referem metaforicamente o conceito de “conta bancária”³⁵ para explicar que os cônjuges satisfeitos acumulam experiências emocionais positivas com o parceiro - baseadas na empatia mútua -, as quais diminuem ou eliminam o impacto dos comportamentos negativos.

Vários estudos têm demonstrado que os casais que referem níveis mais elevados de apoio emocional estão mais satisfeitos com a relação do que aqueles que referem níveis mais baixos de apoio, e que as pessoas referem frequentemente a falta de apoio conjugal como uma das principais fontes de insatisfação e ruptura conjugal. Gottman tem mostrado como o afecto positivo e a validação mútua desempenham um papel fundamental na resolução de conflitos em casais satisfeitos, o que não acontece em casais insatisfeitos, onde predomina o afecto negativo nas trocas interaccionais (Gottman & Silver, 2000). Num estudo realizado por Hawkins, Weisberg, e Ray (1980; *in* Reis, 1990), onde se questionava maridos e esposas sobre estilos de comunicação, verificou-se que ambos os sexos elegiam como preferencial a designada “comunicação reveladora de proximidade”³⁶, ou seja, a comunicação que demonstrava interesse, respeito e validação relativamente à realidade do outro. Também outras investigações onde se pretendia analisar a correlação entre vários comportamentos e a satisfação conjugal, mostraram que os comportamentos reveladores de afecto e compreensão estavam entre os melhores preditores da satisfação (Reis, 1990).

³⁵ Já anteriormente, neste trabalho, nos referimos a esta metáfora.

³⁶ Esta foi a tradução considerada mais adequada para a expressão original “*contactful communication*”.

Vários autores referem também que as pessoas que dão mais apoio emocional ao parceiro apresentam níveis mais elevados de satisfação conjugal (Acitelli & Antonucci, 1994; Beach, Fincham, Katz & Bradbury, 1996; Cutrona, 1996; Pasch & Bradbury, 1998). De acordo com Cutrona (1996), o apoio emocional contribui para a qualidade e estabilidade das relações conjugais na medida em que, particularmente em situações de grande stress, o apoio tem funções preventivas relativamente a comportamentos de evitamento e de isolamento tipicamente responsáveis pela deterioração conjugal; a quadros depressivos e a comportamentos aversivos associados à depressão (por exemplo, autocomiseração, irritabilidade, perda de motivação); a escaladas destrutivas de conflito em situações de desacordo. Gottman (1979: *in* Cutrona, 1996) analisou o comportamento de casais satisfeitos e insatisfeitos numa situação em que tentavam resolver uma questão relativamente à qual havia desacordo. Verificou-se que, na primeira fase das interacções, os casais insatisfeitos apresentavam um padrão de queixa e contraqueixa, o qual ia aumentando de intensidade, à medida que os cônjuges se tornavam cada vez mais zangados e frustrados. Os casais satisfeitos, nesta primeira fase, apresentavam um padrão de validação mútua relativamente às queixas apresentadas. Tais validações parecem ter um papel importante no evitar da escalada emocional durante o conflito, a que não é alheio o facto de incluírem expressões de simpatia, empatia e compreensão. Na segunda fase da interacção, em que os casais discutiam os diferentes pontos de vista, Gottman verificou que os casais insatisfeitos faziam mais resumos dos seus próprios sentimentos, pensamentos e posições, enquanto os casais satisfeitos faziam mais resumos das posições, opiniões e sentimentos do parceiro. Resumir as mensagens do outro é um modo de demonstrar atenção e compreensão, ou seja, é uma forma de comunicação empática que facilita a resolução dos conflitos. Na

terceira fase, onde se pretendia encontrar uma solução, verificou-se que os casais insatisfeitos avançavam com propostas e contrapropostas que raramente encontravam um acordo mútuo, enquanto os casais satisfeitos chegavam rapidamente a uma solução que servia ambos os elementos. A facilidade com que chegavam a acordo pode ser atribuída, pelo menos em parte, ao tom emocional positivo da comunicação, o qual se devia ao uso de validações, à simpatia, compreensão e empatia.

Muitos estudos têm demonstrado que os comportamentos de apoio dos homens parecem contribuir mais para a satisfação das mulheres do que o inverso, o que é consonante com as teorias que defendem que as competências interpessoais dos homens são mais preditivas da satisfação conjugal do que as mesmas competências nas mulheres (Acitelli, 1996).

Carels e Baucom (1999) realizaram um estudo para investigar quais os factores que determinam a percepção de apoio nas relações conjugais. De acordo com os autores, a percepção de apoio recebido pode ser influenciada por factores *proximais* ou por factores *distais*. Os factores *proximais* incluem o modo como o parceiro se comporta ou o que diz em situações interactivas de apoio; e o estado de humor positivo ou negativo imediatamente antes da interacção. Os factores *distais* incluem percepções globais sobre a relação; percepções globais sobre o apoio recebido na relação; consonância entre os padrões ou crenças relativamente a como e que tipo de apoio o parceiro deveria dar, e o apoio recebido; e atribuições ao apoio recebido. Os casais que constituíam a amostra respondiam inicialmente a questionários onde se avaliava a quantidade e qualidade de apoio geralmente recebido; o tipo e quantidade de interacções não apoiantes geralmente recebidas; as atribuições e padrões globais relativas ao apoio na relação; as percepções e sentimentos sobre ajustamento e proximidade

conjugal; e o estado de humor (avaliado imediatamente antes das interações ocorrerem). Posteriormente, os casais eram colocados em duas situações de interação de 10 minutos cada uma, onde deveriam conversar sobre duas questões problemáticas extra-relacionais. Cada cônjuge escolhia previamente a questão que constituía um problema para si. As afirmações eram depois classificadas quer pelos próprios participantes, quer por um grupo de codificadores estranhos. Os autores encontraram diferenças de género significativas: as mulheres parecem ser mais influenciadas pelos factores proximais, enquanto a percepção dos homens relativamente ao apoio recebido é determinada sobretudo por factores distais. O facto das mulheres serem mais influenciadas pelos aspectos imediatos da interacção pode significar que, ou os homens são menos atentos, ou que filtram a informação de um modo diferente do das suas esposas. Assim sendo, e em consonância com outros estudos realizados, os autores sugerem que as mulheres são mais precisas do que os homens na descodificação das mensagens, e que os homens são mais influenciados pelo fenómeno de “inundação afectiva”³⁷, ou seja pelos sentimentos globais que nutrem pelo parceiro e pela relação (Carels & Baucom, 1999). Outros estudos realizados onde se verificou que a depressão e a satisfação conjugal eram preditores da percepção dos maridos relativamente ao apoio que recebiam confirmam a mesma influência da “inundação afectiva” na percepção masculina (Acitelli, 1996).

Muitos dos estudos realizados sobre apoio emocional indicam também outras diferenças de género. Por exemplo, alguns autores têm constatado que as mulheres tendem mais do que os homens a: questionar sobre situações problemáticas; dar apoio emocional; procurar apoio; sentir

³⁷ *Sentiment override*, no original.

confiança na sua capacidade de dar apoio; valorizar a capacidade de dar apoio emocional; utilizar estratégias de apoio que confrontam directamente as emoções; utilizar mensagens reconfortantes que explicitamente validam e legitimam os sentimentos dos outros. (Bray & Harvey, 1992; Floyd & Guenter, 1992; Kunkel & Burleson, 1998).

Estudos realizados por Kunkel e Burleson (1998) demonstraram que homens e mulheres percebem as mulheres como mais apoiantes do que os homens, sentem as interações com mulheres como mais íntimas, apoiantes, e significativas, e procuram mais as mulheres como fonte de apoio. Verificaram também que homens e mulheres valorizam mais as competências orientadas para os afectos – por exemplo, reconfortar, dar apoio –, do que as competências instrumentais – por exemplo, persuadir, dar informação. Sprecher *et al* (1995; in Kunkel & Burleson, 1998), em consonância com outras investigações, mostraram que as qualidades femininas – em particular, a empatia e o apoio emocional – são preditoras da satisfação conjugal. A este propósito, Goleman refere que *“as mulheres chegam ao casamento preparadas para o papel de «gestoras emocionais», enquanto os homens dão muito menos valor à importância desta tarefa para ajudar a relação a sobreviver”* (Goleman, 1997, p. 154).

Sobre tais diferenças, Noller (1993) afirma que *“É evidente que homens e mulheres vêm de diferentes culturas, (e) a diferença crucial entre essas culturas é que os homens vêm de uma cultura que enfatiza o estatuto e o poder, enquanto as mulheres vêm de uma cultura que enfatiza a proximidade mais do que o poder”* (Noller, 1993, in Kunkel & Burleson, 1998, p. 102).

2.1.3.3.1.3. Confiança

“Intimidade é um testemunho de fé numa relação (...) Uma relação baseada na confiança é o único tipo de relação que pode realmente crescer com o tempo. É o único tipo de relação em que a intimidade pode ser cada vez mais profunda, e é o único tipo de relação que pode manter a paixão sexual ao longo dos anos” (Nowinski, 1988, pp. 49, 51).

A auto-revelação, o “des-cobrir-se” face ao outro, deixa a pessoa numa situação de vulnerabilidade que só é sustentável numa relação de confiança. A confiança, enquanto fenómeno interpessoal numa determinada relação, pode ser definida como: a crença de que o comportamento do parceiro é consistente - o que se baseia na observação da repetição dos comportamentos positivos; a crença de que o parceiro é honesto e bondoso - referindo-se, pois, à observação das suas características; e a convicção de que o parceiro está intrinsecamente motivado para continuar a ser cuidadoso/atento/preocupado e afectivo - o que envolve expectativas quanto ao futuro da relação (Sorrentino, Holmes, Hanna & Sharp, 1995; Wieselquist, Rusbult, Foster & Agnew, 1999; Zak, Gold, Ryckman & Lenney, 1998).

2.1.3.3.1.4. Mutualidade

“Têm objectivos individuais, e vidas individuais, mas também têm um futuro partilhado em que acreditam profundamente, e uma vida partilhada onde encontram alegria e serenidade (Nowinski, 1988, p. 40).

A mutualidade implica um movimento bidireccional de sentimentos, pensamentos e actividades, significando, pois, o envolvimento comum numa história de vida, como se de uma dança a dois se tratasse (Acitelli, 1996;

Genero, Miller, Surrey & Baldwin, 1992). Afirma Josselson (1996), na mutualidade “*estamos lado a lado com alguém, movimentando-nos em harmonia, criando um laço que é o produto de ambos – um nós emergente no espaço entre os dois*”. Alguns autores defendem que o desenvolvimento de uma realidade relacional partilhada é o processo mais importante para o ajustamento e satisfação conjugal (Acitelli, 1996). Este processo implica dois aspectos fundamentais: as semelhanças vs. diferenças entre os cônjuges e a equitatividade e equidade na relação (Chelune, Robison & Kommor, 1984).

As semelhanças entre os cônjuges, particularmente no que diz respeito às suas crenças e princípios sobre o mundo e sobre o seu modo de estar no mundo – filosofia de vida – podem facilitar a compreensão mútua. Na filosofia de vida incluem-se as teorias implícitas que as pessoas têm relativamente às relações de intimidade: crenças, qualidades desejáveis num parceiro ou numa relação, preferências específicas, etc.. O modo como as pessoas sentem e percebem a sua própria relação é fortemente condicionado pela filosofia de vida (Hojjat, 1997).

Os casais satisfeitos tendem a ser mais semelhantes e a perceber mais semelhanças entre si do que casais menos satisfeitos³⁸. As semelhanças de atitudes e valores parecem ser tão importantes para o sentido de proximidade que, frequentemente, os cônjuges distorcem as opiniões dos parceiros de modo a aumentar a consensualidade. Conclui-se, pois, que as semelhanças percebidas se relacionam mais fortemente com o bem estar conjugal do que as semelhanças reais. (Acitelli *et al*, 1993; Acitelli, 1996; Heller & Wood, 1998; Hojjat, 1997).

³⁸ Berscheid & Lopes, 1997; Byrne & Murnen, 1988; Christensen & Walczynski, 1997; Fletcher & Lange, 1997; Hojjat, 1997; Kenny & Acitelli, 1994; Whisman, 1997.

Os primeiros anos de casamento parecem ser essenciais para a formação de percepções partilhadas entre os parceiros. De um modo geral, o início das relações é marcado por percepções erradas dos pares quanto à semelhança das suas filosofias de vida. Com o passar do tempo, ambos se dão conta das diferenças existentes, o que pode levar ou à insatisfação ou ruptura, ou à aceitação das diferenças sob a forma de compromisso, ou mesmo à mudança de modo a gerar maior semelhança entre si.

Num estudo realizado por Heller e Wood (1998), os autores encontraram uma correlação positiva entre compreensão e semelhança da experiência de intimidade. Os casais que se compreendiam menos também divergiam mais nos seus sentimentos de intimidade conjugal. A relação conjugal é tanto mais experienciada como íntima quanto mais preciso é o conhecimento dos cônjuges relativamente aos parceiros e quanto maior a compreensão da realidade dos parceiros. Os autores verificaram também que o nível de intimidade se correlacionava com a semelhança da experiência de intimidade, ou seja, os casais que mais diferiam quanto aos sentimentos de intimidade referiam menor intimidade. Tal parece indicar que uma relação não é íntima quando os parceiros não partilham sentimentos semelhantes de intimidade. Tal como referem Malone e Malone (1987), intimidade gera intimidade, o que traduz a ideia de que a intimidade é um processo interactivo. Heller e Wood (1998) constataram ainda que os casais se sentiam tanto mais íntimos quanto maior o conhecimento mútuo, o que é consonante com a ideia de que a intimidade se baseia na compreensão mútua. De acordo com Chelune, Robinson e Kommor (1984), o conhecimento mútuo fundamenta-se quer em interacções recíprocas, quer em interacções complementares. As interacções recíprocas revelam as semelhanças entre os parceiros, e estão associadas à validação consensual, à facilitação da comunicação e à partilha de um sistema de crenças, permitindo que os

parceiros interajam como iguais e que escolham objectivos de vida satisfatórios para ambos. As interacções complementares possibilitam que cada um satisfaça o outro, e, simultaneamente, que cada um seja e se comporte como gosta de ser e de se comportar, ou seja, permite a expressão equilibrada do sentido de pertença e do sentido de individualidade.

O segundo aspecto da mutualidade é a equitatividade e a equidade, ou seja, as questões de poder são indissociáveis da intimidade, uma vez que sem equitatividade e aceitação, esta não é possível (Kayser, 1993; Larson, Hammond & Harper, 1998; Nowinski, 1988; Rampage, 1994). Esta relação intrincada entre intimidade e poder é bem clara na afirmação de Nowinski, *“É um facto que as pessoas hesitarão em ser completamente abertas com alguém que percebem como tendo controlo sobre elas, ou com alguém que sentem estar numa posição de as julgar”* (Nowinski, 1988, p. 39), ou na de Rampage, *“(…) cada parceiro na interacção íntima pode construir significados, os quais ninguém pode impor, rejeitar, ou unilateralmente determinar”* (Rampage, 1994, p. 128), ou ainda na de Jean Guitton, *“O desequilíbrio insinua-se no casal, quando um deles mostra um espírito de dominação sem concessão”* (Guitton & Antler, 1999, p. 41). Se a possibilidade de definir significados não for igual para ambos os parceiros, ou se na relação se privilegiar as necessidades ou experiências de um dos elementos, a intimidade vai sendo debilitada (Rampage, 1994). O esquecimento ou a desvalorização das necessidades ou da própria felicidade na relação, privilegiando sempre as necessidades e a felicidade do parceiro, num processo contínuo de autonegação, parece ser nocivo para a intimidade e, conseqüentemente, para o sucesso da relação, uma vez que acaba por gerar mágoas e ressentimentos, e, com o tempo, diminuição ou eliminação do afecto (Kayser, 1993). Não apenas a não equitatividade na relação, mas

também a iniquidade - no sentido de não existir equilíbrio percebido na proporção entre benefícios recebidos e contribuições para a relação -, inibe o desenvolvimento da intimidade, dado o impacto negativo dos sentimentos gerados em tal situação - frequentemente, zanga e depressão na pessoa que se sente prejudicada, e culpa no parceiro que é beneficiado (Byrne & Murnen, 1988; Cutrona, 1996; Floyd & Guenter, 1992; Hatfield & Rapson, 1993; Larson, Hammond & Harper, 1998; Perlman & Fehr, 1987). De acordo com Hatfield, as relações equitativas, comparativamente com as não equitativas, tendem a evoluir para níveis mais elevados de intimidade psicológica e sexual, tendem a ser mais estáveis, e os parceiros sentem-se mais satisfeitos (Hatfield & Rapson, 1993; Perlman & Fehr, 1987).

No entanto, é de salientar que, se bem que um sentido global de equidade seja essencial para o desenvolvimento da intimidade, a *disposição para o sacrifício* - ou seja, colocar o bem estar do parceiro ou da relação acima dos interesses pessoais imediatos -, bem como o *perdão* - isto é, a redução de comportamentos de vingança ou de evitamento após uma ofensa - e a *acomodação* - no sentido de inibição de respostas destrutivas e activação de respostas construtivas na sequência de comportamentos interpessoais destrutivos do parceiro -, são consideradas reacções que promovem a saúde relacional (McCullough *et al*, 1998; McCullough, Worthington & Rachal, 1997; Van Lange *et al*, 1997). Naturalmente, estas reacções construtivas ocorrem tanto mais quanto mais elevada for a satisfação, a intimidade, e o compromisso. Nas relações assim caracterizadas, os parceiros estão mais motivados para preservar a relação; têm uma maior orientação a longo prazo que os leva a relativizar as “ofensas” ou os interesses pessoais; os próprios interesses e os do parceiro tendem a estar interligados; existe um elevado sentido de “nós”; existe um maior conhecimento do outro e uma história de vida partilhada que catalisa

a empatia; o “ofensor” comunica mais facilmente o remorso ou o pedido de desculpa, e tenta remediar os efeitos da sua ofensa; e a “vítima” tem uma maior tendência para reinterpretar a “ofensa” atribuindo-lhe um significado ou uma intencionalidade positiva. O principal determinante destas reacções construtivas parece ser a empatia. Assim, a empatia poderá levar a “vítima” a preocupar-se com a culpa e mal estar sentidos pelo “ofensor”, e a tentar repor a qualidade da relação com o “ofensor” (McCullough, Worthington & Rachal, 1997).

2.1.3.3.1.5. Interdependência

“As relações que são grandes em espaço pessoal podem ser pequenas em espaço partilhado. Podem ser relações em nome, mas não em substância.” (Nowinski, 1988, p. 94)

A interdependência refere-se à dependência mútua relativamente ao apoio, recursos, compreensão e acções, de modo a permitir o entretecer satisfatório de duas vidas com limites marcados mas flexíveis (Chelune, Robison & Kommor, 1984), ou seja, utilizando a terminologia de Minuchin, diz respeito à nitidez das fronteiras entre cada *holon* individual (Minuchin, 1974; 1981).

A conjugalidade é inerente não só a relação, mas também os dois indivíduos que formam o casal, o que significa que é necessário equacionar duas questões aparentemente contraditórias: pertença e autonomia. Enquanto pertença é associada a proximidade, autonomia reveste-se de um sentido de independência ou distância relativamente aos outros. Contudo, ao invés de se considerar tais conceitos como opostos, alguns autores conceptualizam-nos como dimensões independentes, defendendo que,

pertença e autonomia não só não se excluem mutuamente como, pelo contrário, uma facilita a outra, sendo ambas necessárias para o ajustamento conjugal. (Bodin, 1981; Rankin-Esquer, Burnett, Baucom & Epstein, 1997). Pina Prata (1980) utiliza preferencialmente o termo “interdependência” relacional para se referir a esta dinâmica permanente entre dependência e independência. É nesta dinâmica que se busca o equilíbrio entre proximidades e distâncias, equilíbrio esse que exige uma contínua mudança e adaptação ao outro, portador de uma “cultura estranha” (Whitaker, 1989). O que se assemelha à situação de alguém que viaja para um país com uma outra língua, e se vê constrangido a *“aprender a “estar” com as metáforas diferentes, a gramática diferente e a comunicação não verbal desconhecida de uma cultura estranha”* (idem, 1989, p. 80).

Rankin-Esquer *et al* (1997), num estudo realizado, encontraram diferenças significativas entre maridos e mulheres relativamente ao encorajamento da autonomia no parceiro: os maridos parecem encorajar mais a autonomia do que as esposas.

Num estudo realizado por Feeney, verificou-se que as diferenças relativamente às necessidades de proximidade-distância tinham implicações na satisfação conjugal: os homens sentiam-se mais satisfeitos quando nem eles nem as parceiras referiam diferentes necessidades ao nível da proximidade-distância. Quando as mulheres desejavam mais proximidade do que os homens, encontrava-se uma correlação negativa com a satisfação dos homens; contudo, quando os homens desejavam mais proximidade do que as mulheres, não se encontravam correlações com a satisfação de nenhum dos sexos. Estes resultados são consonantes com a descoberta de que o padrão de comunicação aproximação-evitamento está relacionado com baixa satisfação quando são as mulheres que se aproximam, mas não quando são os

homens que se aproximam. Tal justifica-se pelo facto de que os comportamentos de aproximação dos homens são tomados como um sinal de interesse e envolvimento na relação (Feeney, 1999).

2.1.3.3.1.5.1. O ciúme: um sentimento revelador de desequilíbrio ao nível da interdependência

O ciúme - enquadrado num ciclo de autoperpetuação do desequilíbrio entre autonomia e pertença - é considerado uma das emoções potencialmente mais destrutivas nas relações de amor, e é definida como uma reacção emocional aversiva desencadeada por uma relação entre um dos parceiros e uma terceira pessoa. Tal relação pode ser real ou imaginada, no presente ou no passado, ou mesmo apenas antecipada (Buunk & Bringle, 1987). Contudo, também pode ser desencadeado pelo envolvimento de alguém num interesse ou actividade que compita com a atenção do parceiro (Baucom & Epstein, 1990).

O ciúme inclui três componentes: *cognitivo*, ou seja, as cognições relativas à potencial perda do parceiro - por exemplo, pensamentos obsessivos; *afectivo*, dado que pode conduzir a outros sentimentos, tais como zanga, ressentimentos, medo, insegurança, tristeza, etc.; e *comportamental*, isto é, a expressão aberta de emoções e tentativas para controlar ou punir o parceiro - por exemplo, agressão física (Baucom & Epstein, 1990; Buunk & Bringle, 1987; Hatfield & Rapson, 1993).

O ciúme, por si só, não significa disfuncionalidade. A disfuncionalidade advém de reacções intensas de ciúme que afectam negativa e profundamente a interacção e a satisfação conjugal (Baucom & Epstein, 1990).

O ciúme pode ser potenciado por factores pessoais e por factores relacionais. Como factores pessoais mais influentes, considera-se: padrões de vinculação inseguros, baixa auto-estima, níveis elevados de ansiedade, *locus* de controlo externo, e atitudes estereotipadas de papéis sexuais; acontecimentos traumáticos do passado - por exemplo, abandono inesperado de um parceiro anterior - que podem provocar medo e vigilância crónicos em futuras relações; comportamento do parceiro instigador de ciúme. Estes factores pessoais podem ser catalisadores de padrões irrealistas, de uma percepção selectiva relativamente aos comportamentos do parceiro, de atribuições enviesadas, e de expectativas baseadas em generalizações de acontecimentos singulares, o que, consequentemente, perpetua as características pessoais potenciadoras de ciúme (Baucom & Epstein, 1990).

Um dos factores relacionais mais influentes parece ser a dependência emocional da relação. Quanto mais dependente é a pessoa maior é a sua tendência para reagir com ciúmes, quando o parceiro manifesta um interesse extra-relacional mais acentuado. A dependência emocional inclui dois componentes essenciais: o número de fontes de satisfação e de realização alternativas potenciais ou reais que alguém tem fora da relação conjugal - quanto menor o número de alternativas, maior a dependência emocional; o envolvimento na relação, ou seja, o grau em que a pessoa é emocionalmente afectada pelas acções do parceiro - quanto maior o envolvimento, maior a dependência emocional da relação. Assim se compreende a influência da dependência emocional nas reacções de ciúme: não só porque a pessoa emocionalmente dependente sente que perderá muito se perder o parceiro, mas também porque, pelo facto de ser dependente, é mais sensível às acções do parceiro (Buunk & Bringle, 1987; Hatfield & Rapson, 1993).

O ciúme parece variar também em função do tempo de relação: tem-se verificado que quanto maior o tempo de casamento, menor o ciúme. Tal pode ser explicado pelo facto de que, no início das relações, a insegurança relativamente ao parceiro parece ser maior. À medida que o tempo passa, os cônjuges apercebem-se do envolvimento dos parceiros na relação, e do seu desejo de continuidade, mesmo apesar de problemas ou conflitos que possam surgir (Buunk & Bringle, 1987; Hatfield & Rapson, 1993).

A pessoa que, justificada ou injustificadamente, sente ciúmes, sofre uma baixa de auto-estima (dado que se questiona sobre a preferência do seu parceiro por uma terceira pessoa), perde o sentimento de ser especial (dado que é (ou acredita que é), então, uma terceira pessoa quem ocupa um lugar especial nos sentimentos do parceiro), sente-se excluída, sente a situação como injusta, e sente-se dominada pela incerteza relativamente à continuidade da relação com o parceiro (Buunk & Bringle, 1987; Hatfield & Rapson, 1993).

As reacções de ciúme permitem, aparentemente, punir o parceiro que violou (ou se pensa ter violado) um padrão, e procurar a confirmação do amor do parceiro. Contudo, tal não é senão uma “armadilha”, uma vez que os ciúmes mantêm e instigam cognições, afectos e comportamentos negativos - percepção negativa da relação e consequente insatisfação; diminuição de intimidade; comportamentos aversivos; afastamento, abandono por parte daquele que é alvo de ciúmes, o que leva à escalada do ciúme; ou respostas ambivalentes por parte daquele que é alvo do ciúme (Baucom & Epstein, 1990; Buunk & Bringle, 1987; Hatfield & Rapson, 1993).

Clanton & Smith (1987; *in* Hatfield & Rapson, 1993) realizaram uma revisão de literatura sobre ciúme, tendo encontrado várias diferenças de género:

- Os homens tendem mais do que as mulheres a negar os sentimentos de ciúme;
- Os homens tendem mais do que as mulheres a expressar o ciúme através da raiva e da violência, sendo estas explosões seguidas de desespero;
- Os homens ciumentos preocupam-se mais com o envolvimento sexual extraconjugal das mulheres, enquanto as mulheres ciumentas se preocupam mais com o envolvimento emocional extraconjugal dos homens;
- Os homens tendem a exteriorizar a causa do ciúme, atribuindo as causas à mulher ou à terceira parte envolvida; as mulheres tendem a interiorizar a causa do ciúme, atribuindo a culpa a si mesmas;
- Os homens tendem a assumir uma atitude mais competitiva face à terceira pessoa envolvida, enquanto as mulheres tendem a assumir uma atitude mais possessiva em relação ao parceiro.

De acordo com Jeff Bryson (1977; *in* Hatfield & Rapson, 1993), os homens ciumentos tendem mais a reagir de modo a aumentar a sua auto-estima, o que, frequentemente se traduz, por comportamentos negativos, enquanto as mulheres ciumentas tendem principalmente a realizar esforços para enriquecer a relação, tais como tornarem-se mais atractivas, falar sobre o assunto, e aprender algo com a situação.

2.1.3.3.1.6. Sexualidade

“O desejo sexual não cai do céu repentinamente. Ele começa como uma reacção emocional a alguma coisa. Alguma coisa que vemos, ouvimos, cheiramos, ou pensamos (...)” (Nowinski, 1988; p. 119).

De acordo com Apt, Hurlbert e Clark, a sexualidade conjugal tem sido um dos temas mais negligenciados no domínio da investigação (Apt, Hurlbert & Clark, 1994). Contudo, a sexualidade é fundamental para a manutenção de relações apaixonadas, e os problemas de sexualidade são cada vez mais problemas de amor, de intimidade, de relação³⁹. Os problemas de desejo sexual e de intimidade tornaram-se não só nos mais difíceis, mas também nos problemas mais comuns que conselheiros e terapeutas sexuais enfrentam. Manter uma vida sexual satisfatória ao longo dos anos numa relação, marcada por falta de intimidade emocional - e, portanto, por deficiências ao nível da auto-revelação, apoio emocional, confiança, mutualidade e interdependência -, é um mito (Dion & Dion, 1988; Levine, 1991; Nowinski, 1988).

A auto-estima, empatia e comunicação (quer comunicação em geral, quer especificamente sobre sexualidade), incluindo a expressão verbal e não verbal dos afectos, o compromisso, e a satisfação e ajustamento conjugal parecem ser factores fortemente influentes na satisfação sexual⁴⁰. Num estudo longitudinal realizado com casais, Larson *et al* verificaram que a auto-estima das esposas, antes do casamento, era o melhor preditor da sua própria satisfação sexual e da dos maridos. Uma auto-estima elevada dá à mulher uma maior autoconfiança na capacidade de dar e receber prazer, bem como a crença de que merece ser amada. Os autores verificaram também que o segundo melhor preditor da satisfação sexual das mulheres era a comunicação empática dos maridos. Quanto mais o marido compreendia os sentimentos da sua esposa, maior era a satisfação referida (Larson *et al*, 1996). A satisfação sexual feminina parece estar fortemente associada à

³⁹ Entre outros: Hendrick & Hendrick, 1997; Kayser, 1993; Nelson, Hill-Barlow & Benedict, 1994; Notarius, Lashley & Sullivan, 1997; Nowinski, 1988; Perlman & Fehr, 1987; Roberts, 1992.

⁴⁰ Entre outros: Hendrick & Hendrick, 1997; Hurlbert, Apt & Rabehl, 1993; Larson *et al*, 1996; Levine, 1991; McCann, Biaggio, 1989; Nowinski, 1988; Purnine & Carey, 1997.

percepção de que o seu parceiro é capaz de compreender as suas necessidades (Purnine & Carey, 1997). Larson *et al* verificaram também que um dos melhores preditores da satisfação sexual de maridos e esposas era a comunicação aberta das mulheres antes do casamento. Tal é consistente com muitos outros estudos onde se encontraram correlações positivas entre comunicação e satisfação sexual. Se a mulher é aberta na sua comunicação, dirá mais facilmente ao parceiro o que deseja para se sentir sexualmente satisfeita. Deste modo, a satisfação do marido poderá ser maior na medida em que sentir que é capaz de dar prazer à sua esposa. Além do mais, se a esposa revela os seus desejos, também o marido se sente mais à vontade para o fazer, o que, naturalmente, conduzirá a maior satisfação sexual (Larson, Anderson, Holman & Niemann, 1998).

Num estudo realizado por Croft e Hackett, os autores verificaram que parece existir uma tendência para considerar os parceiros mais satisfeitos sexualmente do que estes se consideram a si mesmos. De acordo com os autores, tal pode indiciar uma comunicação deficiente sobre sexualidade (Croft & Hackett, 2000). Contudo, tal comunicação parece ser bastante desejada por ambos os sexos, embora homens e mulheres pareçam subestimar o valor e a importância que o parceiro atribui à discussão aberta sobre sexualidade e à comunicação clara dos desejos pessoais (McGuirl & Wiederman, 2000). As dificuldades ao nível da comunicação sobre sexualidade podem levar à incompreensão do outro e à insatisfação sexual, uma vez que a revelação mútua é diminuta, e, consequentemente, o autoconhecimento e o conhecimento do outro, e as diferenças de género podem tornar-se fontes de distância em vez de meios de enriquecimento.

Vários estudos têm revelado algumas diferenças de género relativamente à sexualidade: enquanto as mulheres sentem mais prazer

sexual com comportamentos sexuais de afecto que antecedem a relação sexual, os homens sentem mais prazer com o acto sexual em si mesmo⁴¹; os homens parecem desejar que as suas parceiras sejam mais activas, dominadoras, impulsivas, mais abertas à experiência e variedade, que tenham mais iniciativa, e que dêem mais orientações durante o acto sexual (Hatfield, 1993; McGuirl & Wiederman, 2000); as mulheres demonstram uma maior preferência por ambientes românticos e íntimos, bem como por formas de expressão sexual e estimulação não genital (Lipovetsky, 1997; McGuirl & Wiederman, 2000); os homens tendem a ter o papel de encorajamento e de iniciativa da intimidade sexual, enquanto as mulheres tendem a definir os limites de tal intimidade (Hinde, 1984; Lipovetsky, 1997; Morokoff *et al*, 1997); os homens tendem a expressar o seu interesse sexual mais directamente, enquanto as mulheres o expressam mais indirectamente (por exemplo, através de olhares, sorrisos e toques) (Morokoff, 1997); os homens são mais permissivos (aceitam mais relações sexuais casuais, aprovam mais relações sexuais sem compromisso) e mais centrados na instrumentalidade (foco no prazer pessoal), enquanto as mulheres são mais responsáveis (preocupação com a comunicação, com o controlo da natalidade) e tendem a centrar-se na comunhão sexual (Hinde, 1984; Lipovetsky, 1997); os homens valorizam mais a intimidade sexual do que as mulheres (Talmadge & Dabbs, 1990); os homens, mais do que as mulheres, necessitam da intimidade sexual para aumentar a intimidade emocional, enquanto as mulheres, mais do que os homens, necessitam da intimidade emocional para desenvolverem a intimidade sexual (Talmadge & Dabbs, 1990); apesar de homens e mulheres revelarem o desejo de maior frequência de relações sexuais, diferentes estudos parecem indicar que tal

⁴¹ Hatfield, 1993; Hurlbert, Apt & Rabehl, 1993; Larson, Anderson, Holman & Niemann, 1998; Larson, Peterson, Heath & Birch, 2000; Lipovetsky, 1997; McGuirl & Wiederman, 2000.

desejo é maior em homens do que em mulheres (Croft & Hackett, 2000); alguns estudos demonstram que os homens se queixam mais do que as mulheres quanto à satisfação sexual (Croft & Hackett, 2000).

2.1.4. Compromisso – um Destino de Amor... ou de Estabilidade

Minha alma, de sonhar-te, anda perdida,
Meus olhos andam cegos de te ver!
Não és sequer razão do meu viver,
Pois que tu és já toda a minha vida!

Não vejo nada assim enlouquecida,
Passo no mundo, meu Amor, a ler
No misterioso livro do teu ser
A mesma história tantas vezes lida!

«Tudo no mundo é fragil, tudo passa»
Quando me dizem isto, toda a graça
Duma boca divina fala em mim!

E olhos postos em ti, digo de rastos:
«Ah! Podem voar mundos, morrer
astros,
Que tu és como Deus: Principio e
Fim!»
Florbela Espanca: Sonetos

Falar de compromisso/investimento é falar de continuidade da relação. Do desejo e/ou decisão/intenção de manter a relação (Adams & Jones, 1997; Agnew *et al*, 1998; Sternberg, 1988), o que pode remeter para a satisfação e estabilidade – satisfação com o cônjuge, sendo acompanhada por sentimentos de lealdade, devoção e dedicação –, ou apenas para a estabilidade – baseada num sentido de obrigação, e acompanhada por um sentido de sacrifício ou até de aprisionamento (Adams & Jones, 1997).

Assim, “o compromisso/investimento parece ser “um construto versátil e útil na explicação do desenvolvimento e continuidade de relações conjugais funcionais e disfuncionais” (Adams & Jones, 1997, p. 1178).

As relações marcadas pela estabilidade, mas não pela satisfação, são designadas pela teoria da interdependência (Thibaut & Kelly, 1959; *in* Berscheid & Lopes, 1997, entre outros; Kelly & Thibaut, 1978; *in* Berscheid & Lopes, 1997, entre outros) como relações “não-voluntárias” em que os indivíduos se sentem constrangidos a manter relações insatisfatórias se bem que desejassem terminá-las. De acordo com esta teoria, a decisão voluntária de manter ou terminar uma relação está fortemente relacionada com o grau de dependência dessa relação, ou seja, o grau em que cada um dos indivíduos necessita da relação, ou o grau em que o bem estar de cada um depende do envolvimento na relação. A dependência é maior quando as necessidades mais importantes que a relação realiza não podem ser satisfeitas em nenhuma outra situação (Agnew *et al*, 1998; Attridge, Berscheid & Simpson, 1995; Drigotas & Rusbult, 1992; Nock, 1995). Thibaut e Kelley designam por “nível de comparação” o padrão relativamente ao qual os cônjuges avaliam o grau de satisfação da relação, e por “nível de comparação de alternativas” o padrão que os cônjuges utilizam para decidir se mantêm ou rompem a relação. Um indivíduo está satisfeito com a sua relação se esta está acima do seu “nível de comparação”, o qual depende da experiência de relações passadas bem como de comparações com relações de outras pessoas, particularmente pessoas que são consideradas semelhantes. A dependência de um cônjuge relativamente ao parceiro é tanto menor quanto mais considerar que um outro parceiro/situação disponível constitui uma alternativa mais eficaz para a realização das suas necessidades. Assim, de acordo com a teoria da interdependência, uma pessoa pode terminar uma relação porque acredita que uma relação

alternativa poderá ser mais satisfatória, ou poderá manter uma relação insatisfatória porque a melhor das alternativas é ainda menos atractiva⁴². As principais teorias relativas à estabilidade das relações decorrem da teoria da interdependência.

Drigotas & Rusbult (1992) propõem o Modelo de Dependência, onde defendem que, ao longo do tempo, um indivíduo pode perceber que a relação conjugal não lhe consegue satisfazer necessidades que considera fundamentais. Pode acontecer que, inicialmente, seja apenas uma necessidade que o parceiro não consegue satisfazer, e, com o passar do tempo, vão aumentando as necessidades não satisfeitas. Se o indivíduo sente que outras pessoas ou situações alternativas são capazes de satisfazer as suas necessidades, a dependência relativamente ao parceiro e à relação vai diminuindo, e a continuidade da relação pode ser posta em causa. Ou seja, a ruptura acontece quando o indivíduo já não está dependente da relação. De acordo com os autores, o conceito de *dependência da satisfação de necessidades* é fundamental para a compreensão da continuidade ou ruptura das relações. A avaliação deste construto exige uma análise mais específica quer das necessidades dos cônjuges, quer das situações alternativas: o grau em que cada uma das necessidades é importante; o grau em que cada uma das necessidades é, efectivamente, satisfeita; se existem alternativas importantes e disponíveis; o grau em que cada necessidade é satisfeita pela(s) situação(ões) alternativa(s).

O modelo de investimento de Rusbult (1980; 1983; *in* Drigotas & Rusbult, 1992, entre outros) defende que a dependência da relação assenta

⁴² Entre outros: Attridge, Berscheid & Simpson, 1995; Berscheid & Lopes, 1997; Drigotas & Rusbult, 1992; Floyd & Guenter, 1994; Heaton & Albrecht, 1991; Margulis, Derlega, Winstead, 1984; Nock, 1995; Rusbult, Onizuka & Lipkus, 1993; Wieselquist *et al*, 1999.

em três bases: nível de satisfação (proporção de recompensas face aos custos que o parceiro e a relação proporcionam); consideração de alternativas e dimensão dos investimentos (tempo, dinheiro, actividades, amigos, etc.). O aumento de satisfação, ou seja, a realização das necessidades mais importantes do indivíduo pela relação, leva à diminuição da consideração de alternativas – a pessoa acredita que as suas necessidades mais importantes não podem ser satisfeitas sem a relação (por outros parceiros amorosos, amigos, família, ou por si mesmo) – o que, por sua vez, conduz ao aumento de investimentos. O compromisso seria a experiência subjectiva resultante do impacto conjunto destas três bases de dependência, mediando a decisão de continuidade ou ruptura da relação⁴³.

O modelo de coesão de Levinger (1979; Berscheid & Lopes, 1997, entre outros), defende que a estabilidade da relação é influenciada por factores de atracção relacionais e factores de atracção alternativos, ou seja, por “forças de atracção” que impelem o indivíduo para a relação, ou o afastam dela, e que estão associadas à satisfação. Levinger refere ainda as “barreiras” que são as forças que impedem o indivíduo de deixar a relação, e que representam os custos associados à ruptura da relação (financeiros, sociais, psicológicos, emocionais). Na ausência de satisfação conjugal, as barreiras tornam-se mais salientes, de modo a permitir ao casal encontrar razões para permanecer numa relação pouco recompensante⁴⁴.

Johnson (1991; *in* Berscheid & Lopes, 1997, entre outros), na sua teoria sobre o compromisso, defende que a decisão de continuar uma relação depende de três experiências subjectivas de compromisso:

⁴³ Adams & Jones, 1997; Agnew *et al*, 1998; Berscheid & Lopes, 1997; Drigotas & Rusbult, 1992; Fitzpatrick & Sollie, 1999; Forste & Tanfer, 1996; Johnson & Rusbult, 1989; Simpson, Gangestad & Lerma, 1990; Van Lange *et al*, 1997.

⁴⁴ Adams & Jones, 1997; Amato, 1996; Berscheid & Lopes, 1997; Clements *et al*, 1997; Drigotas & Rusbult, 1992; Heaton & Albrecht, 1991; Nock, 1995; Stanley & Markman, 1992; White, 1990.

compromisso pessoal, ou seja, o *desejo* de continuidade da relação, dada a satisfação com o parceiro e a relação; o compromisso moral que corresponde ao *dever* de continuidade; ao qual não são alheios valores e crenças relativamente à indissociabilidade da família e do casamento, às obrigações para com os filhos, etc.; e o compromisso estrutural, ou seja, o *ter de* continuar a relação. O compromisso estrutural, numa acepção semelhante às barreiras de Levinger (1979; *in* Berscheid & Lopes, 1997, entre outros); resulta de constrangimentos externos (pressões familiares e sociais, questões económicas, obstáculos legais, ausência de alternativas disponíveis, etc.), ou seja, contextuais, que dificultam ou impedem a ruptura da relação, independentemente do compromisso pessoal ou do compromisso moral⁴⁵.

Stanley e Markman (1992), influenciados pelos trabalhos de Johnson (1978; 1982; 1991; *in* Stanley & Markman, 1992, entre outros), de Levinger (1965, 1979; *in* Stanley & Markman, 1992, entre outros) e de Rusbult (1980, 1983; *in* Stanley & Markman, 1992, entre outros), apresentam um modelo para conceptualizar o compromisso e desenvolveram um instrumento de medida correspondente a tal conceptualização. Assim, os autores consideram que o compromisso envolve dois construtos: dedicação pessoal e compromisso forçado⁴⁶. A dedicação pessoal refere-se ao desejo do indivíduo de manter ou melhorar a qualidade da sua relação para benefício de ambos os parceiros, o que implica não apenas a continuação da relação, mas também o sacrifício por esta, o investimento, a articulação de objectivos pessoais com a relação, a preocupação com o bem estar do parceiro, etc. De acordo com os autores, a dedicação pessoal inclui 6 dimensões centrais: *Agenda Relacional* - ou o grau em que a pessoa quer

⁴⁵ Entre outros: Adams & Jones, 1997; Berscheid & Lopes, 1997; Clements *et al*, 1997; Drigotas & Rusbult, 1992; Forste & Tanfer, 1996; Nock, 1995; Stanley & Markman, 1992.

⁴⁶ No original, *constraint commitment*.

continuar a relação; *Primazia da Relação* – ou o nível de prioridade que a relação tem relativamente às restantes actividades do indivíduo; *Identidade de Casal* – grau em que um indivíduo percebe a relação como uma equipa, como um “nós”, em vez de a considerar como um conjunto de dois indivíduos separados que tentam maximizar ganhos individuais; *Satisfação como Sacrifício* – refere-se ao grau de satisfação do indivíduo por realizar acções que apenas beneficiam o parceiro; *Consideração de Alternativas* – ou a consideração de parceiros potencialmente alternativos ao cônjuge; *Meta-Compromisso* – refere-se ao grau de compromisso para com os compromissos de um modo global. Stanley & Markman definem o compromisso forçado como as forças – pressões externas ou internas – que constroem o indivíduo a manter a relação independentemente da sua dedicação pessoal, dado que a ruptura da relação levaria a uma situação mais penosa económica, social, pessoal ou psicologicamente. O compromisso forçado é, de acordo com Stanley e Markman, um factor determinante da estabilidade da relação, explicando a manutenção de relações insatisfatórias. Os autores consideram várias dimensões no compromisso forçado: *Investimentos Estruturais* – refere-se aos investimentos materiais e económicos que contribuem para a manutenção da relação, dado o desejo de não perder o que se investiu; *Pressão Social* – oriunda sobretudo da rede familiar e da rede de amigos, os quais pretendem a continuação da relação; *Procedimentos de Ruptura* – refere-se às dificuldades inerentes às etapas que constituem o processo de ruptura; *Alternativas Não Atractivas* – representa o grau de insatisfação do indivíduo relativamente às várias mudanças que necessariamente ocorreriam após a ruptura (mudança de residência, mudança de estatuto económico, etc.); *Disponibilidade de Parceiros* – disponibilidade percebida de outros parceiros após a ruptura;

Moralidade do Divórcio - refere-se à aceitação moral do divórcio (Stanley & Markman, 1992).

Stanley e Markman consideram que a dedicação pessoal e o compromisso forçado não são factores independentes. Ou seja, uma elevada dedicação pessoal tende a aumentar os constrangimentos, na medida em que alguns dos sinais de dedicação mútua são os investimentos materiais, os filhos, a implicação na rede social e familiar, etc. Assim, *“a dedicação de hoje pode ser o constrangimento de amanhã”* (Stanley & Markman, 1992, p.597). Os autores constataram que os constrangimentos apenas são conotados negativamente pelos casais quando o nível de dedicação pessoal e de satisfação é baixo. Quando existe dedicação pessoal e satisfação, os casais referem que os constrangimentos os ajudam a perspectivar a relação a longo prazo e a resistir aos conflitos quotidianos.

Adams & Jones (1997), com base numa extensa revisão de literatura sobre compromisso, defendem que o compromisso *“pode ser descrito em termos de três dimensões relativamente amplas: especificamente, o compromisso reflecte o grau em que os cônjuges tencionam manter o seu casamento (a) devido à sua devoção e satisfação com o parceiro, (b) devido à sua crença na santidade do casamento como instituição sagrada, bem como ao seu sentido de obrigação de honrar os votos de casamento, e (c) devido ao desejo de evitar penalizações financeiras ou sociais decorrentes do divórcio ou separação”* (Adams & Jones, 1997, p. 117). Os autores desenvolveram uma investigação para clarificar o significado de compromisso conjugal, tendo construído um inventário que traduz as dimensões comuns de compromisso descritas na literatura - Inventário de Dimensões de Compromisso. A análise factorial das respostas ao inventário revelou as três dimensões esperadas : compromisso com o cônjuge,

semelhante à noção de compromisso pessoal de Johnson (1991 *in* Adams & Jones, 1997, entre outros) - compromisso com o parceiro conjugal baseado na devoção e dedicação pessoal; compromisso com o casamento, semelhante à concepção de compromisso moral de Johnson (1991; *in* Adams & Jones, 1997, entre outros) - compromisso com a relação conjugal enquanto instituição sagrada, baseada num sentido de obrigação moral; e sentimentos de aprisionamento, semelhante ao construto compromisso estrutural de Johnson (1991; *in* Adams & Jones, 1997, entre outros) - avaliação subjectiva de factores externos que dificultam a ruptura. Na continuidade do estudo, os autores verificaram que estas três dimensões permitiam distinguir entre casais satisfeitos e não satisfeitos.

Costa (2000) refere que é possível distinguir no compromisso uma acepção de “querer estar” e uma acepção de “desejar ser” na relação, sendo que “desejar ser” implica não apenas a intenção/decisão de manter a relação, mas também um forte investimento pessoal na sua continuidade. Nesta distinção, podemos encontrar uma correspondência entre, por um lado, o “querer estar” na relação e o compromisso com o casamento e sentimentos de aprisionamento (Adams & Jones, 1997) ou compromisso moral e compromisso estrutural (Johnson, 1991; *in* Adams & Jones, 1997, entre outros), e, por outro lado, o “desejar ser” na relação e o compromisso com o cônjuge (Adams & Jones, 1997) ou compromisso pessoal (Johnson, 1991; *in* Adams & Jones, 1997, entre outros).

A investigação desenvolvida por diversos autores⁴⁷, revela que o compromisso⁴⁸ está associado e é um forte preditor de numerosas variáveis

⁴⁷ Entre outros, Adams & Jones, 1997; Agnew *et al.*, 1998; Broderick & O’Leary, 1986; Johnson & Rusbult, 1989; McCullough *et al.*, 1998; Rusbult & Verette, 1991; Rusbult *et al.*, 1991; Sprecher, 1999; Stafford & Canary, 1991; Sternberg, 1988; Van Lange *et al.*, 1997; Wieselquist *et al.*, 1999.

⁴⁸ É de salientar que, nos estudos onde se pretende analisar a relação entre compromisso e outras variáveis, nem sempre é considerada esta distinção entre compromisso pessoal, moral e estrutural.

que reflectem aspectos relacionais positivos: acomodação, comunicação e resolução de problemas eficaz, sentimentos de amor, confiança, bem estar global, investimentos na relação ou comportamentos de manutenção da relação, persistência face às adversidades, desvalorização de relações alternativas, maior proporção de pensamentos positivos e menor proporção de pensamentos negativos sobre a relação e sobre o parceiro, ilusões positivas, realização espontânea de sacrifícios, maior capacidade de perdão, e maior valor de recompensa da relação.

Algumas investigações sugerem também uma relação recíproca entre compromisso pessoal e satisfação: o compromisso parece ser um dos factores mais importantes para a satisfação conjugal, e os casais satisfeitos são aqueles que apresentam níveis mais elevados de compromisso pessoal (Adams & Jones, 1997; Broderick & O’Leary, 1986; Clements *et al*, 1997). Outros estudos demonstram que as mudanças no compromisso constituem um melhor preditor da ruptura conjugal do que as mudanças na satisfação (Lydon, Pierce & O’Regan, 1997).

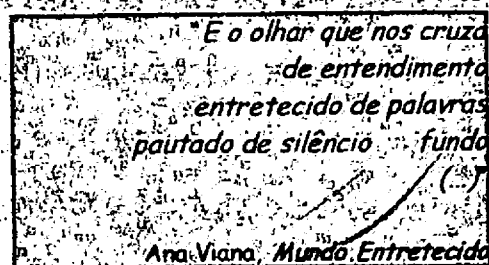
Agnew *et al* (1998) defendem que, numa relação, à medida que aumenta o sentido de compromisso⁴⁹, cada indivíduo “*vê o parceiro como parte de si próprio e vê-se a si mesmo como parte de uma unidade colectiva que inclui o parceiro*” (Agnew *et al*, 1998, p. 941). O aumento do compromisso catalisa a actividade cognitiva relativa à relação, metamorfoseando a identidade pessoal e a representação do próprio si. Cada cônjuge tende a desenvolver uma identidade orientada para a relação e uma representação pluralista de si próprio na relação, ou seja, deixa de se ver unicamente a si mesmo, passando a ver-se como parte de um colectivo ou unidade constituída por si e pelo outro. Esta representação mental

⁴⁹ Apesar de os autores não distinguirem as dimensões de compromisso referidas por Adams e Jones (1997), a sua tese só faz sentido na acepção de compromisso pessoal com o cônjuge.

colectiva, pluralista, é designada por interdependência cognitiva⁸⁰. Por sua vez, o aumento de interdependência cognitiva parece estar associado a um aumento do compromisso ao longo do tempo. Esta noção de interdependência cognitiva é compatível com a tese de expansão do próprio si, de Aron e Aron (1991), segundo a qual uma relação é definida pelo grau de fusão entre o próprio si e o outro, defendendo que a proximidade existe quando um indivíduo pensa e se comporta como se o parceiro fosse um componente do próprio si. De acordo com ambas as teorias – teoria da expansão do próprio si e teoria da interdependência cognitiva –, o processo de aumento de interdependência conduz a uma representação pluralista e colectiva do próprio si na relação (Agnew *et al*, 1998; Aron *et al*, 1991; Aron, Aron & Smollan, 1992; Beach *et al*, 1998). Tal representação pluralista e colectiva do próprio-si-na-relação pode desempenhar um papel importante ao nível da exclusividade da relação, na medida em que diminui ou impede a consideração de alternativas à relação. A interdependência cognitiva parece ser menos marcada em relações de amizade, o que, de acordo com os autores, se pode justificar pelo facto de nas relações ditas românticas a proximidade ser maior do que nas relações de amizades – mesmo em relações de “melhor amigo” –, e também pelo envolvimento sexual presente nas relações ditas românticas. *“Não seria surpreendente se as imagens mentais de “nós”, de fusão, e união, fossem mais acessíveis em relações em que a sexualidade tem um papel proeminente”* (Agnew *et al*, 1998, p. 951).

⁸⁰ Esta noção está em consonância com a noção de “absoluto do casal” de P. Caillé (Caillé, 1991, p.105), definida como “a reunião de elementos psíquicos num todo estruturado, apresentando qualidades ou valores novos em relação aos elementos de origem. Na ausência de um processo dialéctico, estando excluída a possibilidade de uma síntese, a justaposição dos contrários resultaria numa exclusão recíproca”. Também Gullota (Gullota, 1993) e Satir (Satir, 1980) referem, numa aceção semelhante, o conceito de “nós”, sem o qual não será possível o amor. Lemaire (1984) salienta também a importância da consciência de um “nós colectivo” na formação da identidade do casal.

2.2. Processos Comportamentais



2.2.1. Comunicação e Conjugualidade

Falar de comportamento será, em última análise, e de acordo com o 1º axioma da comunicação humana - todo o comportamento é comunicação -, falar de comunicação (Watzlawick, 1981). Assim, é dado que é impossível não comunicar, é também impossível estudar e compreender a conjugualidade sem analisar a comunicação entre o casal e os processos de interinfluência mútua que lhe são inerentes (Baucom & Epstein, 1990; Fitzpatrick, 1988). A comunicação é um processo fundamental, dado que é através dela que as relações nascem e se desenvolvem (Feeney, Noller & Ward, 1997; Fowers, 1998).

A comunicação tem duas funções essenciais no casamento: a expressão dos sentimentos de amor e da intimidade física e psicológica; e a resolução das dificuldades inerentes à partilha de uma vida quotidiana (Cohan & Bradbury, 1997; Fowers, 1998; Larson *et al.*, 1998)⁵¹. Estudos realizados revelam correlações positivas entre satisfação conjugal e a expressividade entre os cônjuges, indicando ainda que casais insatisfeitos expressam menos emoções, desejos e necessidades do que casais

⁵¹ A importância concedida ao estudo da comunicação na conjugualidade é bem patente na maioria das investigações realizadas por diversos autores. Contudo, julgamos pertinente destacar os trabalhos realizados por Gottman e colaboradores, Markman e colaboradores, por Noller e colaboradores, e também por Griffin (ver bibliografia).

satisfeitos, e que esposas insatisfeitas pretendem menos do que esposas satisfeitas que os seus maridos tenham mais iniciativa nas conversas e que expressem mais as emoções (Baucom & Epstein, 1990). “É a interação comunicativa entre o próprio e o outro que cria condições de satisfação e insatisfação, harmonia e conflito, evitamento e envolvimento, etc.” (Erbert & Duck, 1997, p. 204).

Casais felizes passam mais tempo juntos, envolvem-se em mais actividades conjuntas, e comportam-se um com o outro de uma forma mais positiva do que casais infelizes (Halford, Kelly & Markman, 1997). Também Gottman (Gottman & Silver, 2000), como já anteriormente referimos, defende que a partilha de positividade em casais felizes é semelhante aos depósitos que se fazem numa conta bancária: ao longo do tempo, é estabelecido um nível de crédito na conta relacional. É precisamente este crédito que explica os níveis menos elevados de reciprocidade negativa em casais felizes.

A comunicação pré-conjugal é um forte preditor da satisfação conjugal num período de 3 a 5 anos após o casamento (Walsh, Baucom, Tyler & Sayers, 1993). Também em estudos longitudinais realizados por Markman (1979, 1981, 1984; *in* Baucom & Epstein, 1990, entre outros), ao avaliar a comunicação, classificação da intenção e do impacto de casais em situação de pré-conjugalidade, se verificou que a classificação do impacto era significativamente preditiva da satisfação conjugal 2 anos e meio, e 5 anos e meio depois.

A qualidade da comunicação é, pois, crucial para a qualidade das relações conjugais, estando correlacionada com a satisfação actual e futura, sendo que esta correlação é ainda mais elevada em mulheres (Christensen, Walczynsky, 1997; Gordon *et al*, 1999).

A comunicação conjugal é a queixa mais frequente em casamentos insatisfeitos e é considerada por muitos terapeutas conjugais o problema mais destrutivo da relação que um casal pode experienciar (Cutrona, 1996; Walsh, Baucom, Tyler & Sayers, 1993).

A observação clínica revela que, o mais das vezes, os casais que procuram terapia conjugal não são observadores precisos das suas próprias interações, ou seja, não pensam nos seus problemas como excessos ou défices em comportamentos específicos observáveis, nem se dão conta do modo como o comportamento de um influencia o comportamento do outro, nem das circunstâncias que favorecem a ocorrência de determinados comportamentos. Mais facilmente, os cônjuges fazem atribuições disposicionais ao comportamento do parceiro.

Para além do facto de, frequentemente, os casais não serem capazes de traduzir os seus problemas relacionais em comportamentos específicos, têm frequentemente uma visão unilateral dos acontecimentos, pontuando a realidade de tal modo que os seus comportamentos (a)parecem como consequência das acções do parceiro. Estas atribuições causais unilaterais negam a causalidade circular inerente às relações, e podem ser impeditivas do desenvolvimento de acções de mudança (Baucom & Epstein, 1990; Watzlawick, 1991). Sabe-se, pois, que não é apenas o comportamento *per se* que influencia a satisfação, mas também a percepção desse mesmo comportamento. Ou seja, as competências de comunicação afectam as percepções que os cônjuges têm um do outro, e de si próprios, o que, por sua vez, influencia a interacção (Meeks, Hendrick & Hendrick, 1998; Watzlawick, 1991).

Os problemas de comunicação – défices na quantidade de comunicação, formas destrutivas de comunicação – são considerados os

mais frequentes e mais destrutivos da qualidade das relações conjugais. As competências de comunicação parecem ser determinantes fundamentais da quantidade e da qualidade da comunicação (Baucom & Epstein, 1990).

2.2.1.1. Qualidade da Comunicação

2.2.1.1.1. A Codificação e a Descodificação como fontes potenciais de enriquecimento ou de pobreza da comunicação

Os problemas na comunicação podem verificar-se quer ao nível da codificação - quando o emissor não se expressa claramente -, quer ao nível da descodificação - quando o receptor não percepção a mensagem com precisão.

As dificuldades na codificação colocam-se ao nível da clareza e da especificidade das mensagens. Mensagens vagas e pouco concretas, sobretudo quando se trata de referências a problemas, são impeditivas de mudança, dado que o indivíduo não obtém informação suficiente para perceber exactamente o que desagrada ao outro, e o que deve mudar. Além do mais, quando as mensagens de um cônjuge são queixas vagas e globais - fazendo, por exemplo, atribuições negativas disposicionais em vez de especificar os comportamentos considerados negativos -, o parceiro tende a reagir defensivamente e com fúria, gerando-se ciclos interactivos negativos (Baucom & Epstein, 1990).

A comunicação clara deve seguir a fórmula XYZ: "Quando tu fazes X na situação Y, eu sinto Z"⁵². A falta de clareza também pode resultar de afirmações sem lógica, mudanças frequentes de tema, generalizações e

⁵² Fórmula preconizada por Gottman, Notarius, Gonso, e Markman (1976; in Baucom & Epstein, 1990, entre outros).

inconsistências entre a comunicação verbal e a comunicação não verbal, sobretudo quando os cônjuges não conseguem metacomunicar sobre tais inconsistências.

A metacomunicação é particularmente importante, dado que o cônjuge receptor pode transmitir ao cônjuge emissor as inconsistências recebidas entre as mensagens verbais e não verbais e pedir que tais mensagens sejam clarificadas. Se bem que a metacomunicação seja característica quer de casais satisfeitos, quer de casais insatisfeitos, o seu impacto é diferente, dado que enquanto nos casais satisfeitos, as sequências de metacomunicação são curtas, e imediatamente seguidas de um regresso ao problema em discussão, nos casais insatisfeitos tais sequências são longas, e geradoras de negatividade, impedindo a continuação da discussão do problema (Baucom & Epstein, 1990; Weiss & Heyman, 1997; Gottman, 1998). A comunicação parece ser mais importante para as mulheres do que para os homens. De acordo com alguns autores, para as mulheres, a comunicação sobre problemas da relação favorece a proximidade conjugal e o crescimento da relação, enquanto os homens tendem a ficar mais ansiosos com os resultados de tal comunicação, considerando-a ameaçadora e indicativa de problemas (Feeney, Noller & Ward, 1997).

A descodificação isenta de erros exige um receptor atento, que não expresse opiniões, nem faça juízos enquanto está ainda a receber uma mensagem (Baucom & Epstein, 1990).

Em estudos realizados por Noller (1982; 1984; 1987; *in* Noller, Beach & Osgarby, 1997; Carels & Baucom, 1999, entre outros), verificou-se que: a tendência de maior imprecisão na comunicação de mensagens em casais insatisfeitos do que em casais satisfeitos se devia mais a erros de

codificação do que a erros de descodificação; as esposas (tanto satisfeitas como insatisfeitas) eram melhores codificadoras do que os maridos, especialmente quando as mensagens emitidas eram positivas; ocorriam mais erros de descodificação quando as mensagens eram neutras do que quando eram positivas ou negativas; os erros de descodificação das esposas tendiam a incluir uma percepção das mensagens dos maridos mais positivas do que realmente eram, enquanto os erros de descodificação dos maridos continham uma percepção mais negativa das mensagens das esposas; maridos insatisfeitos cometiam mais erros de codificação e de descodificação do que maridos satisfeitos, enquanto os erros das esposas satisfeitas e insatisfeitas eram comparáveis.

Noller verificou que casais satisfeitos, comparativamente com casais insatisfeitos, comunicavam mais claramente, utilizando de um modo coerente e complementar sinais verbais e não verbais; que cônjuges satisfeitos conseguiam adivinhar mais facilmente os sentimentos dos parceiros através do tom de voz. O autor constatou ainda que cônjuges insatisfeitos tinham desempenhos piores com os parceiros do que com outras pessoas, quer na codificação, quer na descodificação (Noller, 1987; Noller, Beach & Osgarby, 1997). Num estudo posterior, Noller (1991; *in* Noller, Beach & Osgarby, 1997) verificou que os maridos que atribuíam intenções negativas às suas parceiras cometiam mais erros na descodificação de mensagens não verbais.

Gaelick, Bodenhausen e Wyer (1985; *in* Noller, Beach & Osgarby, 1997) verificaram, em estudos realizados, que os cônjuges tendem a responder com a emoção (positiva ou negativa) que julgam estar subjacente ao comportamento dos parceiros, e que acreditam que o mesmo ocorre a estes. Uma vez que os cônjuges não são tão precisos na descodificação de

expressões de amor como o são na descodificação de expressões de hostilidade, as emoções negativas tendem a ser mais recíprocas do que as positivas.

Kirchler (1988; 1989; *in* Noller, Beach & Osgarby, 1997) realizou um estudo com casais onde, todos os dias durante várias semanas, questionava os cônjuges, em momentos aleatoriamente seleccionados, sobre os seus afectos e os dos parceiros. Constatou que, em relações satisfeitas, os cônjuges referem mais afectos positivos quando os parceiros estão presentes do que na sua ausência, e conseguem avaliar as suas necessidades reais melhor do que terceiros o conseguem. Este estudo revelou ainda que os cônjuges conseguem avaliar melhor o estado de humor dos parceiros quando estão em acordo do que quando estão em conflito. Também Noller e Ruzzene (1991; *in* Noller, Beach & Osgarby, 1997) mostraram que casais insatisfeitos são menos precisos na identificação de afectos experienciados pelos cônjuges em situações de conflito.

Guthrie e Noller (1988; *in* Noller, Beach & Osgarby, 1997) estudaram a comunicação em casais em três situações distintas: zanga com o parceiro, depressão relativamente à relação, e situação de afecto positivo. Os cônjuges com baixo nível de ajustamento conjugal eram menos precisos na percepção das intenções dos parceiros, e atribuíam-lhes mais intenções negativas do que aqueles com elevado nível de ajustamento, quer na situação de depressão, quer na situação de afecto positivo.

2.2.1.1.2. Positividade vs. Negatividade na Interação

Os comportamentos negativos têm um impacto mais forte na satisfação conjugal do que os comportamentos positivos, sendo, por isso, um potente discriminador entre casais satisfeitos e insatisfeitos⁵³.

Vários estudos⁵⁴ têm demonstrado que casais insatisfeitos, comparativamente com casais satisfeitos, referem significativamente mais comportamentos desagradáveis e significativamente menos comportamentos agradáveis do parceiro. Verifica-se também que a satisfação conjugal diária está correlacionada com as frequências diárias de comportamentos agradáveis e desagradáveis.

Buhelman, Gottman e Katz (1992) e Gottman (Gottman & Silver, 2000) mostraram que a partilha de uma visão positiva da história conjugal é um forte preditor da satisfação conjugal a longo prazo. Osgarby e Halford (1996; *in* Noller, Beach & Osgarby, 1997), ao analisarem o conteúdo de respostas de casais felizes de longa duração sobre o modo como mantinham a satisfação nas suas relações, constataram que o afecto positivo desempenhava um importante papel. Nesse estudo, 78% dos casais identificava os comportamentos positivos de intimidade - por exemplo, tempos livres em conjunto, expressão de intimidade através da comunicação verbal - como fundamentais para a satisfação conjugal, enquanto apenas 11% indicava o lidar com os conflitos como essencial.

Estudos⁵⁵ que investigaram o grau de reciprocidade conjugal e a sua relação com satisfação sugerem que, em casais insatisfeitos, os cônjuges

⁵³ Entre outros: Cohan & Bradbury, 1997; Cutrona, 1996; Gottman, 1993; Griffin, 1993; Murray & Holmes, 1994; Gordon *et al*, 1999; Noller, Beach & Osgarby, 1997.

⁵⁴ São vários os estudos que vêm referidos na bibliografia consultada sobre o tema. Entre esta, salientamos as seguintes referências: Baucom & Epstein, 1990; Cutrona, 1996; Noller, Beach & Osgarby, 1997; Roberts, 1992; Walsh, Baucom, Tyler & Sayers, 1993.

⁵⁵ Ver nota de rodapé 4.

dirigem-se mutuamente mais comportamentos negativos e menos comportamentos positivos do que em casais satisfeitos. Alguns autores, ao investigarem mais especificamente a reciprocidade temporal, verificaram, numa amostra de casais, que a frequência de comportamentos agradáveis e desagradáveis que os maridos referiam terem recebido das esposas se correlacionava com a frequência de comportamentos agradáveis e desagradáveis que as esposas referiam ter recebido dos maridos.

A reciprocidade de comportamento negativo parece ser mais característica de casais insatisfeitos do que de casais satisfeitos, enquanto a reciprocidade de comportamentos positivos é comparável em casais satisfeitos e insatisfeitos.

Assim, nos casais insatisfeitos, parece ser mais comum um padrão de escalada de problemas, em que, alternadamente, um dos cônjuges refere um problema, e o outro responde negativamente⁵⁶.

Estudos realizados demonstram ainda que: casais insatisfeitos classificam o impacto das mensagens do parceiro mais negativamente do que casais satisfeitos (Gottman *et al*, 1976; *in* Baucom & Epstein, 1990; Griffin, 1993, entre outros) as esposas insatisfeitas classificam o impacto das mensagens dos maridos mais negativamente do que observadores independentes, enquanto maridos insatisfeitos classificam o impacto das mensagens das esposas mais positivamente do que os observadores independentes. Uma análise objectiva da comunicação de maridos e esposas revelou que a comunicação das esposas é, de facto, mais negativa do que a dos maridos, o que parece indicar que os maridos têm uma falta de atenção selectiva para o comportamento negativo das esposas, enquanto as

⁵⁶ Entre outros: Baucom & Epstein, 1990; Gottman, 1998; Gottman & Silver, 2000; Halford, Kelly & Markman, 1997; Levenson, Carstensen & Gottman, 1994; Talmadge & Dabbs, 1990; Walsh, Baucom, Tyler & Sayers, 1993; Weiss & Heyman, 1997.

percepções negativas das esposas sobre os comportamentos dos maridos são influenciadas pelos sentimentos negativos que têm por eles⁵⁷ (Floyd & Markman, 1983; in Baucom & Epstein, 1990; Griffin, 1993).

Noller verificou também que as esposas insatisfeitas se sentiam particularmente aborrecidas com a falta de comunicação positiva dos maridos, desejando mais afecto, apreciação e atenção; que casais satisfeitos, comparativamente com casais insatisfeitos, validavam mais a opinião dos parceiros, e acentuavam mais a comunicação não verbal positiva: sorrisos, olhares, voz meiga, riso durante as conversas, toques, etc. (Noller, 1987).

De acordo com Gottman (Gottman & Silver, 2000), comparativamente com casais satisfeitos, a comunicação em casais insatisfeitos está associada a níveis elevados de interacção e afecto negativo, níveis baixos de acordo, aceitação e aprovação, e mais elevados de desacordo, crítica e desqualificações, níveis baixos de humor e riso, e de reciprocidade do riso.

Gottman (1993; in McCullough *et al*, 1998) distingue três tipos de respostas emocionais: *sentimento positivo global* - acompanhado por sentimentos de amizade e amor e por comportamentos construtivos e enriquecedores da relação; *percepção magoada de ataque*⁵⁸ - caracterizado por lamentações, vitimização, medo e preocupação; *indignação justificada*, caracterizada por fúria, desprezo, e pensamentos de retaliação. McCullough *et al* defendem que, enquanto a reacção de *percepção magoada de ataque* está associada à motivação para evitar o contacto pessoal e psicológico com

⁵⁷ Estes dados são diferentes dos resultados de Noller (1984; in Noller, Beach & Osgarby, 1997). Contudo, ambos parecem indicar a interferência do fenómeno já descrito de “inundação afectiva” em que a percepção da qualidade positiva ou negativa de uma mensagem depende dos sentimentos positivos ou negativos sobre o parceiro e sobre a relação.

⁵⁸ No original, *hurt-perceived attack*.

o ofensor, a reacção de *indignação justificada* corresponde à motivação para comportamentos de vingança. O perdão, na aceção destes dois autores, consiste, precisamente, na ausência destas duas motivações.

Gottman tem realizado vários estudos para analisar o afecto negativo a partir de uma perspectiva fisiológica. O autor constatou que quanto maior a insatisfação conjugal, maior o “laço fisiológico” entre os cônjuges, ou seja, quando um dos parceiros tinha uma activação fisiológica elevada, o mesmo acontecia ao outro, o que aumentava a tendência de resposta negativa em ambos. Em estudos realizados, verificou que 60% da variância na satisfação conjugal era explicada por este “laço fisiológico”. Estudos longitudinais permitiram concluir que as reacções fisiológicas dos casais eram preditoras da satisfação conjugal três anos depois. O “laço fisiológico” é, pois, um índice de reciprocidade de afecto negativo, reflectindo as expectativas negativas dos cônjuges relativamente às interacções conflituosas e, consequentemente, a sua predisposição consequente para se envolverem em interacções negativas. Uma vez que cônjuges insatisfeitos apresentam níveis elevados de comportamentos negativos e de reciprocidade de afecto negativo, em geral acompanhados de elevada activação fisiológica, tal parece significar que o estado de activação fisiológica num processo de escalada de comportamentos negativos é altamente aversivo. Daí que cônjuges insatisfeitos, e particularmente os homens, tentem frequentemente evitar tais interacções conflituosas, ainda que, desse modo, não seja possível a resolução dos conflitos, e se mantenha a insatisfação conjugal (Gottman, 1991; Gottman, 1998; Gottman & Levenson, 1999; Gottman & Silver, 2000).

2.2.1.1.3. Padrões de Comunicação Disfuncionais – alguns exemplos

Alguns padrões de comunicação são particularmente problemáticos dado o papel que desempenham em interações conjugais disfuncionais, sendo considerados preditores de insatisfação (Hatfield & Rapson, 1993; Baucom & Epstein, 1990; Weiss & Heyman, 1997):

- *À Procura do culpado* - Trata-se de uma forma de reciprocidade negativa, em que os cônjuges se culpam mutuamente dos problemas existentes.

- *Queixas cruzadas* - Padrão que decorre, frequentemente do anterior, verificando-se uma reciprocidade dos cônjuges relativamente às críticas, não reconhecendo cada um os desejos e preocupações do outro. Este padrão é semelhante à escalada de problemas, já referida, onde a descrição do problema por um cônjuge leva a uma resposta negativa do parceiro.

- *Debater a verdade* - Cada cônjuge tenta defender a validade dos seus pontos de vista relativamente a acontecimentos, opiniões e emoções, não validando nunca a posição do outro. Quando um cônjuge insatisfeito propõe uma solução para os problemas, o parceiro sugere uma solução diferente, defendendo-a rigidamente, e não considerando a do cônjuge, de tal modo que não chegam nunca a um compromisso, gerando-se situações de impasse.

- *Sim... mas* - Sempre que o cônjuge oferece uma solução para um problema para o qual o parceiro pediu ajuda, este rejeita-a, respondendo “Sim, mas...”.

- *Interrupções* - Reflectem a posição egocêntrica daquele que interrompe, a dificuldade de escuta, e impedem a fluência da comunicação.

Contudo, as interrupções não parecem ser exclusivas ou mais frequentes em casais insatisfeitos, sendo, portanto, necessário analisar o impacto nas interações, para se poder concluir sobre o seu carácter destrutivo. Weiss & Heyman (*in* Baucom & Epstein, 1990) referem que, em estudos realizados, se verificou que em 80% dos casais que apresentavam níveis elevados de interrupções das esposas no discurso dos maridos, terminavam em ruptura após cinco anos.

- *Não escuta* - Os cônjuges não se escutam um ao outro.
- *Leitura de pensamento* - Quando os cônjuges acreditam que conseguem adivinhar o pensamento e sentimentos dos parceiros, fazendo afirmações sobre tais pensamentos e sentimentos, ou antecipando respostas a questões ou afirmações que os parceiros não fizeram.
- *Agenda secreta* - Quando os cônjuges não são capazes, ou têm medo, de dizer explicitamente o que pensam ou sentem, e enviam “mensagens indirectas” em que tais pensamentos, necessidades ou sentimentos estão disfarçados.
- *Generalizações* - Consiste na utilização de termos pouco concretos e difíceis de validar, tais como, “sempre”, “nunca”, “ninguém”, “todos”, etc.
- *Mudanças de tema* - Ocorre quando, numa conversa, sistematicamente se muda de tema.
- *Expansão do problema* - Ocorre quando, por parte de um dos cônjuges, ou de ambos, se começa por discutir sobre um problema, e, rapidamente, a lista de queixas se alarga, deixando de ser possível encontrar uma solução concreta para um problema concreto.

Vários autores referem ainda outros padrões característicos de relações insatisfeitas:

➤ *Queixa-Evitamento* - Quando a queixa de um dos parceiros se segue um comportamento de evitamento do outro parceiro. Se bem que inicialmente se tenha associado o comportamento de queixa às mulheres, e o comportamento de evitamento aos homens, investigações posteriores revelaram que tal depende do conteúdo em questão e do seu interesse para cada um dos parceiros (Acitelli & Antonucci, 1994; Gottman, 1998; Ross, 1995; Weiss & Heyman, 1997).

➤ *Quatro Cavaleiros do Apocalipse*⁵⁹ - dizem respeito a um padrão interactivo disfuncional analisado por Gottman ao longo dos seus trabalhos, padrão este que constitui um processo de insatisfação que termina com a ruptura conjugal (Gottman, 1994; Gottman, 1998; Gottman & Silver, 2000). Este padrão é caracterizado por uma sequência interactiva em que a queixa e a crítica (particularmente a crítica que ataca características do parceiro, ameaçando a sua auto-estima) fomentam o menosprezo (o oposto do amor e do respeito, e outra ameaça à auto-estima do parceiro), o qual é gerador de uma postura defensiva (recusa em assumir a responsabilidade), o que leva o receptor a abandonar a interacção (evita a comunicação e a expressão dos sentimentos).

2.2.1.1.4. A Comunicação Construtiva

A comunicação construtiva, naturalmente, caracteriza-se por padrões opostos a estes referidos, ou seja, pela utilização de uma comunicação positiva e empática (Baucom & Epstein, 1990; Meeks, Hendrick

⁵⁹ Este padrão foi já referido no sub-capítulo 1.3. do capítulo 1 deste trabalho.

& Hendrick, 1998): A compreensão empática e a validação dos pontos de vista do outro - o que não significa necessariamente concordar com o outro - parecem ser padrões mais característicos de casais satisfeitos do que de casais insatisfeitos. A validação, ao incluir empatia, compreensão e simpatia, legitimando os sentimentos, pensamentos e acções do parceiro, parece desempenhar um papel fundamental no evitar de escalada emocional em situações de conflito (Baucom & Epstein, 1990; Cutrona, 1996; Gottman, 1998).

É também fundamental para uma boa comunicação: a escuta activa; a utilização de mensagens começadas por “Eu”, em vez de iniciadas por “Tu”, dado que estas podem conter um sentido de culpabilização; o resumir os sentimentos, opiniões e pensamentos do parceiro, de modo a demonstrar compreensão e a confirmar-lhe que foi ouvido; a referência ao que há de positivo numa determinada situação eventualmente mais negativa; o foco em assuntos, comportamentos ou situações concretas; uma posição assertiva em vez de agressiva, ou seja, uma posição em que o cônjuge afirma e defende o seu ponto de vista sem atacar o ponto de vista do parceiro, ou até o próprio parceiro, através de ameaças, críticas, indução de culpa, ou outros comportamentos aversivos; um tom emocional positivo ou neutro; a capacidade de auto-revelação, uma vez que a partilha de sentimentos, pensamentos e acções desenvolvem e mantêm a intimidade (Baucom & Epstein, 1990; Cutrona, 1996; Fowers, 1998).

2.2.2. Competências interactivas ao nível da resolução de conflitos/problemas

2.2.2.1. A inevitabilidade dos conflitos

O conflito - definido como um processo interpessoal em que as acções de uma pessoa interferem com as acções de outrem (Hatfield & Rapson, 1993), dada a não sincronia ou incompatibilidade de desejos, necessidades, ambições ou objectivos (Fitzpatrick, 1988) - é inevitável em qualquer relação de intimidade, quer se trate de casais satisfeitos, quer de casais insatisfeitos, muito embora a gravidade dos conflitos pareça estar positivamente correlacionada com menor satisfação conjugal (Cutrona, 1996; Baucom & Epstein, 1990; Fletcher, Thomas & Durrant, 1999; Storaasli & Markman, 1990). Defende Whitaker (Whitaker & Bumberry, 1990, pp.115/121/138), que *"(...) o conflito é uma dialéctica a ser vivida, e não solucionada. Ele é central para a nossa existência (...) profundidade e intimidade só podem crescer como resultado de trocas reais e conflitos reais (...) Talvez um dos pontos altos de uma família saudável é a capacidade de usar as crises para provocar o crescimento, em vez de permitir que o quebrem. O conflito deveria ser correctamente considerado como fertilizador da vida"*, o que é consonante com a afirmação de Costa (1998, p.34/35) de que *"Não é possível conceber uma relação entre pessoas (de amizade, de casamento, familiares ou outras) em que não haja divergências. Pensar diferente e sentir diferente é inerente às relações humanas e potencialmente fonte do seu enriquecimento. Discutir essas diferenças, aduzir argumentos, mostrar que não pensamos da mesma forma, é absolutamente saudável"*. Conclui-se, pois, que as situações de conflito conjugal, por si só, não são destrutivas desde que incluam afectos positivos, humor, resolução dos problemas, acordo, aceitação, empatia, e escuta activa

(Gottman, 1991). Os casais satisfeitos, comparativamente com os insatisfeitos, tendem a comportar-se de tal modo que facilitam a compreensão mútua, não rejeitam nem culpabilizam tanto os parceiros, não expressam tanto menosprezo e fúria, e tendem a ter parceiros que se comportam do mesmo modo (Arellano & Markman, 1995; Pasch & Bradbury, 1998).

Entre outros, Markman (*in* Weiss & Heyman, 1997) é um acérrimo defensor de que não são os conteúdos dos conflitos que permitem diferenciar casais satisfeitos de casais insatisfeitos, mas sim o modo como estes interagem em situações de conflito.

Storaasli e Markman (1990) verificaram que, numa fase pré-conjugal, os conflitos estão mais associados a domínios exteriores à relação, tais como as famílias de origem, os amigos, os ciúmes e a religião, enquanto posteriormente, os conflitos parecem advir de fontes mais interiores: a comunicação, a sexualidade e os tempos livres com o parceiro. Os principais desencadeadores de conflitos parecem ser situações de críticas, de injustiça, de rejeição, e de aborrecimento acumulado.

2.2.2.2. As reacções ao conflito

Depois de iniciada uma situação de conflito, as pessoas ou se envolvem em conflito aberto, ou preferem evitá-lo. Se o casal se envolve em conflito aberto, pode tentar resolvê-lo, ou, pelo contrário, pode intensificar o conflito sem entrar na fase de resolução. Muito embora todas as interacções conflituosas tenham um fim, este pode tomar diferentes formas: as pessoas afastam-se durante mais ou menos tempo; domínio por parte de um cônjuge e submissão/cedência do parceiro; compromisso, onde

se procura a melhor solução possível com algumas das necessidades/preferências de ambos respeitadas; acordos integrativos onde se procura um modo criativo de ambos obterem o essencial do que desejam, o que implica uma atitude cooperativa mútua, a crença de que conseguirão chegar a uma solução que agrade a ambos, e uma posição firme quanto ao objectivo que desejam alcançar e, simultaneamente, de flexibilidade quanto aos modos de o fazer, de forma a que nenhum tenha de ceder demasiado (Hatfield & Rapson, 1993).

A investigação realizada na última década demonstra que o modo como os casais lidam com o conflito é o melhor preditor do sucesso conjugal a longo prazo (Cohan & Bradbury, 1997; Fletcher, Thomas & Durrant, 1999; Gottman & Silver, 2000; Kurdeck, 1995; Notarius, Lashley & Sullivan, 1997). Estudos longitudinais revelaram que a frequência com que determinados estilos de resolução de conflitos são utilizados é preditora de mudanças na satisfação conjugal. Estes estudos revelam também que o nível de satisfação conjugal é, também ele, preditor de mudança na frequência com que certos estilos de resolução de conflitos são usados (Ross, 1995).

As estratégias de resolução de conflitos são, geralmente, distintas em casais satisfeitos e insatisfeitos: casais insatisfeitos tentam resolver os conflitos por meio de estratégias aversivas, enquanto os casais satisfeitos usam estratégias mais positivas (Baucom & Epstein, 1990; Bouchard *et al*, 1998; Halford, Kelly & Markman, 1997; Kurdeck, 1995). As estratégias positivas parecem ter subjacente uma intenção de aprendizagem, ou seja, um “desejo de ser vulnerável e aberto, de sentir os sentimentos directamente mais do que através do filtro das nossas protecções, e de descobrir porque é que cada um de nós sente e se comporta de um determinado modo” (Hatfield & Rapson, 1993, p. 347). Estas estratégias

favorecem o crescimento da relação, dado que aumentam o sentimento de amar e ser amado, a capacidade de resolução de conflitos, e a liberdade pessoal. Ao contrário, as estratégias negativas ou aversivas contêm uma intenção de protecção, isto é, a intenção de autodefesa relativamente à ameaça de dor emocional real ou imaginária. As pessoas podem tentar proteger-se de diversas formas: cedendo, e, nesse caso, estarão a desistir para evitar um conflito, negando os seus sentimentos ou necessidades e submetendo-se à vontade do outro por medo de rejeição; controlando, ou seja, tentando que o outro mude através da indução de culpa ou de medo; mostrando-se indiferentes e, então, ignoram o conflito e afastam-se da situação. Estas estratégias podem ser geradoras de ciclos interactivos fechados e rígidos, dado que instigam no parceiro tipos complementares ou simétricos de resposta: controlo, cedência e indiferença. Assim, inevitavelmente, as consequências serão negativas, desencadeando-se no casal lutas de poder, dor, distância, tristeza, apatia, aborrecimento, e sentimentos de rejeição e de não amor (Hatfield & Rapson, 1993).

O processo eficaz de resolução de problemas implica uma identificação e definição clara e concreta do problema e uma procura criativa e flexível de soluções várias, o que exige uma posição empática e não egocêntrica por parte de ambos os cônjuges. Só então, é possível chegar a uma solução de compromisso ou de integração que contenha simultaneamente preferências de ambos os parceiros numa dada situação, ou preferências de um e de outro em situações alternadas. Esta situação de compromisso ou de integração exige uma posição em que ambos são vencedores, tentando, por negociação, maximizar os benefícios e minimizar os custos de uma determinada solução para cada um deles (Baucom & Epstein, 1990).

Os comportamentos construtivos em situação de conflitos são mais frequentes em casais satisfeitos, os quais apresentam níveis mais elevados de aprovação, atenciosidade, empatia, humor, sugestões de soluções, sorrisos, e outros comportamentos não verbais positivos. Quando se queixam, tendem a focar o conteúdo no comportamento do parceiro mais do que na sua personalidade (Weiss & Heyman, 1997).

2.2.2.2.1. Tipologias de reacção ao conflito

2.2.2.2.1.1. A Teoria da Acomodação

Rusbult *et al.* (1987, 1991) desenvolveram uma teoria tipológica que procura compreender o modo como as pessoas reagem ao conflito em relações próximas. De acordo com os autores, todos os parceiros de relações próximas se comportam, pontualmente, de modos mais negativos. O modo como os cônjuges reagem ao comportamento potencialmente destrutivo dos parceiros marca a diferença entre relações satisfeitas e não satisfeitas. Gottman, Markman e Notarius (1977; *in* Weiss & Heyman, 1997) designam por “*editing*”⁶⁰ a capacidade para responder de um modo não negativo a um comportamento negativo do parceiro. Rusbult *et al.* propuseram um conceito equivalente a este – o de “acomodação”⁶¹ – definido-o como a tendência para reagir ao comportamento potencialmente destrutivo do parceiro inibindo impulsos destrutivos, e, ao invés, reagindo construtivamente (Rusbult *et al.*, 1991; Yovetich & Rusbult, 1994). Os

⁶⁰ Optamos por manter a designação original em inglês por não encontrarmos a tradução equivalente numa só palavra.

⁶¹ De acordo com McCullough, Worthington & Rachal (1997), McCullough *et al.* (1998) e Van Lange *et al.* (1997), o conceito de “acomodação” é equivalente à conceptualização de perdão referida por McCullough e colaboradores, e ao conceito de disposição para o sacrifício referido por Van Lange *et al.*

autores identificaram quatro modos distintos de responder a comportamentos potencialmente destrutivos, os quais diferem ao longo de duas dimensões: construtivo vs. destrutivo, e activo vs. passivo (Rusbult, 1987, 1991; Rusbult, Yovetich & Verette, 1996; Yovetich & Rusbult, 1994):

- *Magoar / Terminar*⁶² - Separar, divorciar, abusar activamente do parceiro, ameaçar a saída de casa, gritar com o parceiro.
- *Resolver / Melhorar*⁶³ - Discutir os problemas, procurar ajuda de amigos ou de técnicos, sugerir soluções, mudar-se a si próprio, incentivar a mudança no parceiro.
- *Esperar com optimismo*⁶⁴ - Esperar que a situação melhore, apoiar o parceiro quando este é criticado, rezar pela melhoria da situação.
- *Deteriorar*⁶⁵ - Ignorar o parceiro ou passar menos tempo com ele, evitar a discussão de problemas, criticar o parceiro por questões irrelevantes ou descontextualizadas, deixar que a situação se deteriore, manifestar queixas sucessivas sem apresentar soluções, envolver-se em relações extraconjugais sem terminar a relação com o parceiro, criar situações de frustração ao parceiro.

Se bem que estas categorias de resposta⁶⁶ sejam apresentadas como diferentes tipos, elas situam-se ao longo de um contínuo, o que significa que o mesmo indivíduo pode em momentos, situações e relações diferentes apresentar diferentes modos de resposta (Rusbult, 1987).

⁶² No original, *Exit*.

⁶³ No original, *Voice*.

⁶⁴ No original, *Loyalty*.

⁶⁵ No original, *Neglect*.

⁶⁶ Esta teoria da acomodação parte do trabalho de Hirschman (1970 in Rusbult, 1987), no qual são descritos três modos característicos de reagir à deterioração em domínios económicos e políticos: *exit* - fim ou ameaça de fim de relação; *voice* - expressão activa e construtiva da insatisfação, com a intenção de melhorar as condições; *loyalty* - espera passiva mas optimista por condições que permitam a melhoria da situação.

A dimensão construtivo/destrutivo refere-se ao impacto que a resposta tem na relação, e não o seu efeito no indivíduo. Por exemplo, uma resposta *Magoar / Terminar* de divórcio tem um impacto totalmente destrutivo na relação, embora, do ponto de vista dos cônjuges que desejam o divórcio possa ser uma resposta construtiva.

A dimensão activo/passivo refere-se ao impacto da resposta no problema em questão, e não no tipo de comportamento em si. Por exemplo, sair de casa para evitar uma discussão pode ter um carácter activo, mas para o problema em questão é uma resposta notoriamente passiva.

Em estudos realizados pelos autores, verificou-se que as variações nas respostas destrutivas estão substancialmente correlacionadas com a satisfação/não satisfação em casais, enquanto a variação em respostas construtivas têm uma correlação apenas fraca com a satisfação conjugal, o que parece indicar que o evitar de respostas destrutivas parece ser mais importante do que o maximizar de respostas construtivas. Tal é consonante com o facto de casais insatisfeitos apresentarem mais comportamentos negativos de resolução de problemas, se envolverem menos em actividades recreativas conjuntas, emitirem mais comportamentos verbais e não verbais negativos, e expressarem maior criticismo, hostilidade e rejeição (Rusbult *et al.*, 1991).

Num estudo realizado por Rusbult *et al.* (1991), verificou-se que a acomodação é mais baixa (menor frequência de respostas construtivas) em situação de reduzida preocupação social, e em pessoas mais egocêntricas, e que a acomodação mais elevada está associada a maior satisfação conjugal, compromisso/investimento, centralidade da relação no bem-estar pessoal, e a características psicológicas femininas (orientação para a relação) (Attridge, Berscheid & Simpson, 1995; Rusbult *et al.*, 1991).

Fletcher *et al.* (1999) constataram que a investigação nesta área é controversa no que diz respeito ao modo de lidar com os conflitos. Assim, os autores distinguem dois modelos:

➤ *Modelo Adequado de Gestão dos Conflitos* - equivalente à noção de acomodação de Rusbult, este modelo postula que, em relações felizes e estáveis, numa situação de conflito, os parceiros conseguem lidar activamente com a sua expressão de cognições e emoções negativas, inibindo-as, ou respondendo de uma forma diplomática e positiva. Pelo contrário, baixos níveis de acomodação, implicam a expressão - verbal ou não verbal⁶⁷ - brusca e rude de pensamentos e sentimentos, o que, de acordo com o Modelo Adequado de Gestão, leva ao aumento dos conflitos e de recriminações e à subsequente diminuição de satisfação e estabilidade. São vários os estudos que demonstram que elevados níveis de acomodação estão associados a compromisso e satisfação, e que, em relações felizes, os cônjuges tendem a ignorar o comportamento negativo dos parceiros e a responder de uma forma benigna. Pelo contrário, frequências elevadas de comunicação agressiva e crítica estão associadas a níveis mais baixos de satisfação e estabilidade. Contudo, o excesso de acomodação, demasiado auto-sacrifício parece também ser pouco saudável nas relações conjugais. Num estudo realizado pelos autores, verificou-se que, enquanto os homens parecem mais felizes quando as suas esposas comunicam os seus pensamentos e sentimentos negativos de uma forma positiva, a felicidade das mulheres não parece aumentar com a acomodação comportamental dos maridos. Tal é consistente com resultados de outras investigações⁶⁸ que

⁶⁷ Não dizer nada, em resposta a um comportamento negativo do parceiro, ao mesmo tempo que se mostra um comportamento não verbal indicativo de mau humor (por exemplo, recusa em falar ou em manter o contacto com o olhar) constitui um nível baixo de acomodação comportamental, sendo um modo poderoso de manifestar desagrado e ressentimento.

⁶⁸ Gottman, Coan, Carrere & Swanson, 1998.

sugerem que a capacidade das esposas (e não dos maridos) para apaziguar e acalmar os parceiros é um forte preditor da qualidade da relação.

➤ *Modelo Adequado de Comunicação* - este modelo defende a importância de se comunicar os sentimentos e pensamentos negativos, uma vez que, em relações bem sucedidas, as pessoas enfrentam e lidam com os conflitos de um modo activo, falando honesta e construtivamente do que sentem. Vários estudos mostraram que níveis elevados de desacordo e zanga estão associados, ao longo do tempo, a níveis elevados de satisfação, e que o evitamento e o abandono de situações de conflito estão associados a baixos níveis de satisfação. Contudo, e tal como referem Bouchard *et al* (1998), níveis elevados de confrontação (bem como níveis baixos) podem revelar-se disfuncionais.

Fletcher *et al* (1999) sugerem que, para se poder compreender os diferentes resultados encontrados subjacentes à teorização dos dois modelos referidos, é necessário distinguir entre *acomodação cognitiva* e *acomodação comportamental*. A acomodação cognitiva será tanto mais elevada quanto a interpretação e justificação dos comportamentos negativos do parceiro provocar cognições e emoções benignas. A acomodação comportamental será elevada quando o cônjuge não expressa as emoções e cognições negativas subsequentes ao comportamento negativo do parceiro. Uma elevada acomodação cognitiva potencia uma acomodação comportamental mais elevada, uma vez que aquela atenua o impacto do comportamento negativo do parceiro. Os autores defendem que uma percepção positiva da qualidade da relação e níveis baixos de atribuição de culpa ao parceiro “ajudam a criar um clima psicológico que encoraja um estilo mais aberto e íntimo de comunicação de pensamentos e emoções negativas em interacções de resolução de problemas” e que, provavelmente,

níveis baixos de percepção positiva da qualidade da relação, e níveis elevados de atribuição de culpa ao parceiro, tenderão a fomentar “um estado cognitivo/afectivo de resignação triste e a crença de que nada se ganha em dizer ao parceiro o que realmente se pensa” (Fletcher et al, 1999, p.726).

2.2.2.2.1.2. A tipologia de Fitzpatrick

Fitzpatrick (1988) refere quatro estratégias de reacção aos conflitos - evitamento, acomodação ou cedência⁶⁹, colaboração, competição - as quais podem ser classificadas ao longo de dois componentes principais: *assertividade*, definida como os comportamentos cuja intenção é a satisfação das próprias preocupações; *cooperação*, definida como os comportamentos direccionados para a satisfação das preocupações do parceiro.

➤ O *evitamento* do conflito é não assertivo e não cooperativo. O evitamento ou o abandono de uma situação de conflito é concretizado através de uma série de actos de comunicação que pretendem terminar a discussão ou desviá-la do assunto em questão: negação explícita ou implícita do conflito; mudança de tema; evitamento do tema; comentários abstractos, hipotéticos, teóricos; afirmações que nem afirmam nem negam a presença de conflito; e comentários de gozo ou brincadeira.

➤ A *acomodação ou cedência* é não assertiva e cooperativa. A pessoa cede em benefício do outro, prejudicando as suas próprias preocupações.

⁶⁹ Note-se que, aqui, o termo acomodação não tem o mesmo significado da acomodação segundo Rusbult.

➤ A *colaboração* corresponde a um nível elevado de assertividade e de cooperação. Neste caso, pretende-se encontrar uma alternativa que satisfaça os dois parceiros. Abundam actos de comunicação que implicam cooperação, validação, e compromisso: descrições objectivas relativas ao problema não avaliativas, não culpabilizantes; discussão confinada ao problema em questão; informação “não observável”, ou seja, é dada e pedida informação sobre pensamentos, sentimentos, intenções, causas do comportamento, ou experiência passada relevante para a questão; são feitos pedidos de crítica não hostil; empatia, expressando-se compreensão, apoio ou aceitação do outro, ou comentando-se as características positivas do outro, e a partilha e compatibilidade de interesses e objectivos; concessões, flexibilidade, desejo de mudança; e aceitação de responsabilidades no problema em questão.

➤ A *competição* é elevada em assertividade e baixa em cooperação. Com esta estratégia, as pessoas pretendem impor as suas soluções ao outro. Incluem-se actos de comunicação que procuram culpabilizar o parceiro, bem como tácticas subtis de persuasão de modo a atingir os objectivos pessoais: críticas pessoais que implicam uma avaliação negativa do parceiro; rejeição das opiniões do parceiro tendo subjacente uma rejeição da pessoa; ameaças, exigências, e outras formas de imperativos hostis que culpabilizam implicitamente o parceiro, e pretendem que este mude o comportamento; questionamento hostil, ou seja colocação de questões que culpabilizam o outro; sarcasmo e ironia; atribuição de pensamentos, sentimentos, intenções e causas ao parceiro, sendo que este não os reconhece em si; negação ou minimização de responsabilidades próprias no conflito.

2.2.2.2.1.3. A tipologia de Canary e Cupach

Canary e Cupach (1988; *in* Meeks, Hendrick & Hendrick, 1998) identificam três tipos de estratégias em situação de conflito: integrativas, distributivas e evitantes.

As estratégias *integrativas* ou construtivas - mais frequentes em casais satisfeitos - são definidas como táticas que incluem partilha de informação, colaboração e negociação.

As estratégias *distributivas* ou destrutivas envolvem crítica, fúria e sarcasmo.

As *evitantes* incluem desvio dos assuntos em discussão, negação do conflito, e foco na forma de comunicação em vez de no conteúdo.

As estratégias integrativas contribuem para uma interação mais recompensante, favorecem a resolução dos conflitos, e promovem níveis mais elevados de intimidade e de satisfação com o parceiro e com a relação.

2.2.2.3. As diferenças de género

Mulheres e homens parecem reagir diferentemente em situações de conflito e resolução de conflitos.

Gaelick e colaboradores (1985; *in* Reis, 1988) verificaram que a expressão de hostilidade afecta mais a satisfação das mulheres do que a dos homens. Constatou ainda que a ausência de hostilidade é percebida pelas mulheres, mas não pelos homens, como um indicador de amor, enquanto os homens, mas não as mulheres, percebem a ausência de expressão amorosa como um indicador de hostilidade.

São vários os estudos que demonstram que, em interacções conflituosas, e particularmente em casais insatisfeitos, as mulheres apresentam níveis mais elevados de hostilidade, desejam mais o envolvimento e a prossecução dos conflitos e lidam melhor com os conflitos, enquanto os homens são menos negativos, procuram reduzir o conflito, preferem abandonar a interacção conflituosa, e lidam com o conflito com menos competência (Griffin, 1993; Sagrestano, Heavy & Christensen, 1998; Turgeon, Julien & Dion, 1998). A tendência dos homens para se “retirarem” das situações conflituosas pode ser explicada como uma forma de autodefesa, dado que tal “fuga” parece ter como função a redução da ansiedade causada pela hostilidade das esposas. Em situações de conflito, os homens têm uma maior activação fisiológica, do que as mulheres, e uma maior tendência biológica para assim permanecerem durante períodos de tempo mais longos⁷⁰ o que poderá instigar tal necessidade de “retirada do conflito” (Gottman & Levenson, 1999; Griffin, 1993; Levenson, Carstensen & Gottman, 1994). Esta resposta dos homens – abandono, evitamento das interacções conflituosas – parece ser fortemente catalisadora de insatisfação conjugal, sendo um factor preditor da insatisfação conjugal ao longo do tempo, particularmente da insatisfação das esposas. Também se tem verificado que a diminuição desta resposta dos maridos que estão em terapia conjugal parece estar associada a um aumento da satisfação

⁷⁰ Kiecolt-Glaser e colaboradores (1994; in Weiss & Heyman, 1997) realizaram estudos longitudinais onde recolhiam, ao longo de 24 horas, amostras de sangue durante interacções conjugais (discussão de 30 minutos, 4 vezes por dia, para resolverem 2 ou 3 problemas), de modo a testar os efeitos fisiológicos destas. Os autores verificaram que os casais com elevada negatividade apresentavam respostas imunológicas mais comprometidas do que aqueles com baixa negatividade; a pressão sanguínea era significativamente mais elevada e permanecia elevada após a interacção conflituosa; o padrão hostilidade da mulher/evitamento do homem estava associado ao aumento, na mulher, da produção de hormonas do stress; e, ao contrário da teoria de Gottman segundo a qual, os homens têm um maior desgaste fisiológico do que as mulheres, os autores constataram que a imunologia das mulheres era mais severamente afectada do que a dos homens, e os efeitos eram, nelas, mais persistentes.

conjugal. Estes factos parecem revelar que o comportamento dos maridos durante as interacções conflituosas é um factor crucial na satisfação conjugal (Turgeon, Julien & Dion, 1998).

Num estudo realizado por Turgeon, Julien e Dion (1998), onde se pretendia analisar a associação entre o comportamento de prossecução do conflito das mulheres e o comportamento de abandono do conflito dos homens, e os afectos associados a estes comportamentos, verificou-se que:

- As mulheres apresentam níveis mais elevados de prossecução do conflito, enquanto os homens apresentam níveis mais elevados de abandono do conflito;
- O comportamento das esposas de prossecução do conflito parece instigar o comportamento de abandono do conflito por parte dos maridos;
- O comportamento de abandono do conflito por parte dos homens não parece instigar o comportamento de prossecução do conflito por parte das mulheres, tal como se verificou em estudos realizados anteriormente sobre esta temática;
- Os maridos satisfeitos reagiam à prossecução do conflito por parte das esposas de um modo diferente dos maridos insatisfeitos: opunham-se às esposas, justificando o seu ponto de vista, não aceitando automaticamente as críticas, queixas ou exigências das esposas. Ao fazê-lo envolviam-se no conflito, não o abandonando, o que aumentava a probabilidade de resolverem o problema em questão.

Sagrestano, Heavy e Christensen (1998) verificaram que casais que referem discrepâncias quanto ao desejo de proximidade (mais tempo em conjunto, maior partilha de sentimentos) e de independência (mais tempo individual, mais privacidade) tendem a apresentar um padrão de

prossecução/abandono da situação conflituosa. Quando existe uma assimetria de dependência, ou seja, quando um dos elementos necessita do outro para a realização das suas necessidades (por exemplo, maior proximidade), enquanto, ao contrário, o parceiro pode alcançar, por si só, os seus objectivos (por exemplo, maior independência), a tendência para a prossecução do conflito parece ser maior no cônjuge em situação de dependência, enquanto o cônjuge que pode alcançar sozinho os seus objectivos tenderá a abandonar a situação de confronto.

2.2.3. Controlo Relacional⁷¹

Um dos aspectos mais importantes na conjugabilidade é o do controlo relacional, o qual pode ser definido como a capacidade de influenciar o comportamento do cônjuge e de resistir à sua influência (Steil, 1997; Solomon & Samp, 1998). O comportamento de cada pessoa na relação condiciona o seu próprio comportamento futuro, bem como o comportamento do seu parceiro. Os casais continuamente negociam questões de domínio e submissão, liderança e deferência, e quem tem o direito de definir a relação. Na interacção do casal, as mensagens que servem para definir a relação designam-se por *manobras comunicacionais*, e consistem em pedidos, ordens, sugestões, instruções, etc. (Gulota, 1976; Haley, 1974). A definição da relação não é o resultado do comportamento de um dos indivíduos, mas é, sim, o produto do padrão de comportamentos de ambos os cônjuges. Se uma pessoa se comporta de tal forma que manifesta uma posição de domínio (*one-up*), a natureza da relação depende da posição que o parceiro assume

⁷¹ Optamos pelo termo *controlo relacional* para designar o poder exercido na relação, ou seja, os comportamentos dos cônjuges que indicam o uso do poder (Szinovacz, 1987).

como resposta a esse domínio: aceitação, colocando-se numa posição complementar de submissão (*one-down*), ou não aceitação, colocando-se numa posição simétrica de competição. É a redundância destes padrões de comportamento que define a relação. Estes padrões podem ser simétricos, complementares ou transitórios. Um padrão simétrico é aquele em que existe uma troca recíproca de comportamentos semelhantes, ou seja, verifica-se uma maximização de diferenças. Um padrão complementar é aquele em que a interação revela a oposição de comportamentos, ou seja, a maximização de diferenças. Quer a escalada simétrica, quer a complementaridade rígida podem tornar-se progressivamente padrões disfuncionais que catalisam a ruptura da relação. Os padrões transitórios são combinações de comportamentos de domínio com comportamentos de submissão e com comportamentos de igualdade, o que mantém uma atmosfera de neutralidade no controlo relacional (Watzlawick, Beavin & Jackson, 1967; Zietlow & Vanlear, 1991). Numa relação conjugal, as manobras e contramanobras comunicacionais são frequentes, uma vez que a característica processual da relação implica a necessidade de uma constante redefinição (Gulotta, 1976; Zietlow & Vanlear, 1991).

Cromwell e Olson (1975; *in* Byrne & Carr, 2000) defendem que o poder pode ser conceptualizado como incluindo três domínios distintos mas interrelacionados: as *bases do poder*, os *processos de poder*, e o *poder final*. Por *bases do poder*, os autores referem-se aos contributos económicos e pessoais (salário, independência económica, compromisso, desejo de intimidade, agressão física e psicológica); os *processos de poder* correspondem às estratégias de interação – tais como a persuasão, a resolução de problemas ou as exigências – que as pessoas utilizam de modo a controlarem a relação; o *poder final* diz respeito a quem tem a última palavra, quem determina o resultado na resolução de problemas ou na

tomada de decisões, estando claramente associado à distribuição de tarefas domésticas e parentais e à tomada de decisões.

A maior responsabilidade doméstica e parental da mulher – marcadamente desproporcional à do homem – é o principal indicador de desequilíbrio ao nível do poder. O nascimento dos filhos está fortemente associado à reactivação dos papéis tradicionais mesmo entre casais que eram, anteriormente, igualitários. Também ao nível da tomada de decisões, a dominância masculina parece prevalecer, ainda que a satisfação conjugal esteja associada à equitatividade e à equidade, e, sobretudo, como adiante referiremos, a um processo de tomada de decisão em conjunto. As estratégias de persuasão directas e bilaterais – discussão das questões com utilização de comunicação assertiva, argumentação lógica, validação, empatia, escuta activa – estão associadas a níveis mais elevados de intimidade e satisfação, enquanto as estratégias indirectas, manipulativas e unilaterais – insinuações, alusões vagas, amuos, choro, evitamento e ameaças – estão associadas a níveis baixos de intimidade e de satisfação (Steil, 1997).

As relações equitativas – quer ao nível da tomada de decisão, quer ao nível da distribuição de responsabilidades – estão, pois, fortemente associadas a maior satisfação conjugal⁷², a maior compromisso pessoal, maior satisfação sexual, maior intimidade, e maior bem estar (Larson, Hammond & Harper, 1998).

De acordo com Peplau (1983; *in* Steil, 1997), é possível distinguir três tipos de casais: tradicionais, modernos e igualitários. Os casais *tradicionais* são aqueles em que se verifica uma dominância masculina na

⁷² Cutrona, 1996; Gottman & Silver, 2000; Haddock, Zimmerman & Macphee, 2000; Haley, 1978; Larson, Hammond & Harper, 1998; Minuchin, 1974; Steil, 1997; Whisman & Jacobson, 1990; Witkin, 1989.

tomada de decisões e uma clara especialização das responsabilidades de acordo com o género; nos casais *igualitários* quer a tomada de decisões, quer a distribuição das responsabilidades, tendem a ser equitativas; os casais *modernos* representam uma posição intermédia.

Gilbert (1985; *in* Steil, 1997) refere uma classificação semelhante: casais *tradicionais*, onde a responsabilidade doméstica pertence à mulher; casais *participantes*, em que ambos os parceiros trabalham e partilham as responsabilidades parentais, mantendo a mulher as responsabilidades domésticas; e casais com *papéis partilhados*, onde ambos os cônjuges estão empregados, e ambos activamente envolvidos nas responsabilidades parentais e domésticas.

Scanzoni *et al* (1989) propõem três tipos de casamentos contemporâneos: *parceiros iguais*, onde os cônjuges têm responsabilidades semelhantes a nível do provimento económico, sendo que as mulheres empregadas se vêem a elas mesmas como co-responsáveis nos contributos económicos, ainda que os salários possam ser desiguais. Neste tipo de casamento, o poder é equitativo, quer ao nível da tomada de decisões, quer ao nível da distribuição de responsabilidades domésticas e parentais. É neste tipo de casamento que se encontram índices mais elevados de intimidade e de satisfação conjugal, a comunicação é mais construtiva, e os indivíduos apresentam uma auto-estima mais elevada; o padrão *parceiro senior-junior* caracteriza-se pelo facto das mulheres considerarem que o seu emprego é secundário relativamente ao do marido, atribuindo-lhe maiores responsabilidades no provimento económico; o padrão *parceiros complementares* caracteriza-se pelo facto dos maridos serem os responsáveis únicos pelo provimento económico, uma vez que as mulheres não trabalham fora de casa.

2.2.3.1. Tomada de decisões

O poder na tomada de decisões parece estar relacionado com os contributos de cada um dos cônjuges para a relação, entendendo-se por contributo, algo que o cônjuge proporcione ao parceiro de modo a satisfazer as necessidades e objectivos deste último. O cônjuge que contribui mais é o que tem mais poder. O facto de os homens terem, o mais das vezes, maior poder na tomada de decisões, parece estar associado ao papel de relevo atribuído aos contributos relativos ao salário e ao prestígio profissional, os quais são, em geral, mais elevados por parte dos homens. A tomada de decisões pelas mulheres parece também diminuir quando estas se tornam mães (Steil, 1997).

No que diz respeito ao prestígio profissional, Steil (1997) verificou, em estudo realizado, que a importância atribuída à carreira é o preditor mais forte do poder de tomada de decisão, quer em homens, quer em mulheres, mesmo quando estas tinham filhos. As mulheres-mães que valorizavam a sua carreira, tinham também menos responsabilidades domésticas, o mesmo não se verificando relativamente às responsabilidades parentais. É ainda de salientar que as mulheres, de um modo geral, valorizam mais a carreira profissional dos maridos do que a sua própria carreira.

De acordo com os resultados encontrados por Steil (1997), e também de acordo com Henggeler *et al* (1988), o salário parece ser um importante preditor do poder das mulheres sem filhos, mas não das mulheres-mães. Quanto mais elevado é o salário da mulher, por comparação com o do marido, menos responsabilidades domésticas tem, e maior é o seu poder de tomada de decisão. Contudo, nas mulheres-mães, não se encontra qualquer relação entre estas variáveis.

Gray-Little e Burks (1983, *in* Steil, 1997; Witkin, 1989) realizaram uma revisão de 12 estudos que analisam a relação entre tomada de decisão e satisfação conjugal. Os autores verificaram que, na maioria dos estudos, os cônjuges que referem equitatividade e equidade na tomada de decisão, são, também, os que apresentam níveis mais elevados de satisfação conjugal. O processo de tomada de decisões em conjunto - por ambos os cônjuges - parece estar associado a níveis mais elevados de satisfação do que o processo autónomo, ainda que equitativo - igual número de decisões tomadas, separadamente, por cada um dos cônjuges. O domínio das mulheres na tomada de decisões parece ser menos frequente, e surge associado a menor satisfação, quer nos homens, quer nas próprias mulheres (Gottman, 1998; Henggeler *et al*, 1988; Hinde, 1984; Steil, 1997). Também Lange e Worrell (1990; *in* Steil, 1997), ao analisarem o equilíbrio de poder nas relações conjugais, observaram que os maridos referiam menor satisfação quando as esposas tinham maior poder de decisão do que quando este poder era equitativo, ou quando era mais elevado nos homens. As mulheres referiam maior satisfação quando a tomada de decisão era partilhada equitativamente, comparativamente com situações de desequilíbrio. Estes autores, e também Krueger (1975; *in* Steil, 1997) verificaram que o equilíbrio na tomada de decisões parece estar associado à comunicação construtiva: assertividade, empatia, validação, escuta activa, comunicação não verbal positiva, etc.). Steil refere ainda outros estudos⁷³ onde se constatou que os indivíduos que se percebem como dominantes no que diz respeito à tomada de decisões, avaliam-se a si mesmos mais favoravelmente do que aos parceiros, expressam menos afecto pelos parceiros, sentem menos atracção, estão menos satisfeitos com a relação, e apresentam níveis mais baixos de satisfação sexual.

⁷³ Kipnis, Castell, Gergen & Mausch, 1976; Kipnis, Cohn & Catalano, 1979.

2.2.3.2. Distribuição de responsabilidades

Nas relações heterossexuais tradicionais, verifica-se uma organização típica das funções: os homens têm a seu cargo sobretudo responsabilidades financeiras, enquanto as mulheres assumem principalmente responsabilidades domésticas e parentais (Greenstein, 1996; Piotrowski, Rapoport & Rapoport, 1987; Regan & Sprecher, 1995; Zvonkovic *et al*, 1996).

Todos os estudos sobre a divisão do trabalho doméstico concluem que as mulheres desempenham aproximadamente o dobro do trabalho doméstico dos homens, e desempenham trabalhos qualitativamente diferentes: as mulheres têm a seu cargo tarefas domésticas internas, enquanto os homens participam mais em tarefas domésticas externas (Blair & Johnson, 1992; Greenstein, 1996)⁷⁴. Contudo, e apesar desta organização predominante ainda se manter, é possível, nas últimas décadas, constatar uma certa mudança neste tipo de organização, tendendo-se para uma configuração participativa mais igualitária, quer nas responsabilidades domésticas quer nas responsabilidades financeiras (Gupta, 1999; Leslie & Anderson, 1988; Pittman & Blanchard, 1996; Regan & Sprecher, 1995; Twigg, McQuillan & Ferree, 1999). A participação masculina nas tarefas domésticas e nos cuidados parentais tem vindo a aumentar particularmente

⁷⁴ “O trabalho doméstico absorve em média, por semana, 35 horas da vida de uma mulher activa e 20 horas de um homem activo. (...) As mulheres assalariadas passam três quartos de hora por dia a limpar a casa e uma hora e meia em tarefas relacionadas com a cozinha e a louça, contra respectivamente sete minutos e vinte e cinco minutos para os homens. Nos Estados Unidos, as mulheres activas efectuem 75% das tarefas domésticas e apenas são ajudadas pelos seus maridos em pouco mais de meia hora por dia. Em vinte anos, o envolvimento dos homens no trabalho doméstico registou um progresso de apenas 10%. Actualmente, 79% das espanholas, 70% das inglesas e das alemãs e 60% das francesas e italianas declaram que o seu marido não efectua qualquer tarefa doméstica. O trabalho doméstico mantém-se, em toda a parte, fortemente estruturado pela diferença dos sexos. Não existem, praticamente, tarefas domésticas efectuadas igualmente por um ou pelo outro, continuando cada uma delas a estar mais associada a um sexo do que a outro - lavar a roupa, engomar, coser e limpar as casas de banho são tarefas quase exclusivamente efectuadas pelas mulheres.” (Lipovetsky, 1997, p.246)

nos homens com níveis de educação mais elevados e com filhos pequenos (Leslie & Anderson, 1988). Num estudo realizado por Steil (1997), constatou-se que os casais referiam que a partilha de responsabilidades domésticas e parentais era relativamente equitativa. Contudo, ambos os cônjuges atribuíam mais responsabilidade à mulher nas questões domésticas e parentais, e aos homens, na tomada de decisão. Ainda assim, e apesar de estarem de acordo relativamente ao que cada um fazia, quer os homens, quer as mulheres, atribuíam-se a si mesmas mais responsabilidades domésticas e parentais do que as que os parceiros lhes atribuíam.

Nas várias investigações realizadas, não se tem encontrado uma relação consistente entre a equitatividade ao nível do trabalho doméstico e o bem estar ou a satisfação conjugal.

Convém, no entanto, ressaltar, que nas relações equitativas não existe necessariamente equidade. Enquanto a equidade é um conceito definido subjectivamente que tem a ver com uma percepção pessoal de justiça, a equitatividade é um conceito definido objectivamente que tem a ver com a igualdade entre os parceiros nas contribuições tradicionalmente associadas aos papéis de género. É, pois, possível que, numa relação igualitária, as pessoas não percebam a relação com equidade (porque muito embora as contribuições sejam percebidas como “iguais” entre os parceiros não são valorizadas num deles), ou que numa relação não igualitária, as pessoas a percebam com equidade (porque apesar de não existir igualdade ao nível das contribuições, estas são hipervalorizadas no parceiro que contribui menos) (Clark & Reis, 1988; Fowers, 1998; Larson, Hammond & Harper, 1998; Regan & Sprecher, 1992; Steil, 1997).

A percepção de equidade depende da valorização atribuída às contribuições, valorização essa que está muito associada aos estereótipos

relativos aos papéis masculinos e femininos. A investigação mostra que as pessoas preferem comportar-se de acordo com os estereótipos tradicionais relativos ao género sexual. Por isso, de acordo com Regan e Sprecher (1992), quer os homens quer as mulheres valorizam, mais nos homens do que nas mulheres, características, atributos e contribuições tradicionalmente consideradas “masculinas” (por exemplo, ter uma profissão bem remunerada, responsabilizar-se por actividades domésticas externas); e valorizam, mais nas mulheres do que nos homens, características, atributos e contribuições tradicionalmente consideradas “femininas” (por exemplo, cuidados parentais, responsabilidades domésticas internas) (Regan & Sprecher, 1992; Voydanoff & Donnelly, 1999).

No entanto, nem todos os estudos apontam para a valorização das contribuições no sentido referido por Regan e Sprecher. Benin e Agostinelli (1988) mostraram que as mulheres são pouco afectadas pelo aumento de responsabilidades domésticas dos maridos a não ser que tais tarefas sejam especificamente definidas como “femininas” (por exemplo, cozinhar ou limpar a casa). Tal pode ser explicado pelo facto das tarefas domésticas tipicamente “masculinas” serem tarefas que envolvem pouco investimento de tempo quando comparadas com as tarefas consideradas “femininas”, além de que a realização de tais tarefas não diminui a sobrecarga de trabalho doméstico das mulheres. Outra explicação tem a ver com a visibilidade ou saliência da realização de trabalhos tipicamente “femininos” pelos homens, o que pode ser interpretado pelas mulheres como um grande esforço de justiça por parte dos maridos, sendo ainda sentido como mais companheirismo, desejo de partilha, expressão de amor e preocupação por parte dos maridos, e apoio emocional (Blair & Johnson, 1992; Pina & Bengtson, 1993).

Alguns estudos sugerem que o aumento da responsabilidade pelas tarefas domésticas nos homens é relativamente independente da sua satisfação conjugal e com a vida em geral. Outros estudos indicam que não é a quantidade de responsabilidade doméstica, mas sim as expectativas relativas ao papel masculino que predizem com mais sucesso o bem estar dos homens. Por outro lado, para as mulheres, a quantidade de tarefas domésticas e parentais realizadas pelos maridos parece ser importante, bem como o facto de tais responsabilidades irem de encontro às suas expectativas ou desejos relativamente à participação dos maridos (Acitelli & Antonucci, 1994; Leslie & Anderson, 1988; Pina & Bengtson, 1993; Steil, 1997). Alguns autores referem que as percepções das mulheres relativamente à divisão do trabalho doméstico são um importante preditor do conflito conjugal. As mulheres experienciam maior insatisfação do que os maridos, uma vez que, por terem a seu cargo mais tarefas domésticas do que estes, estão numa posição de desvantagem. A diminuição da satisfação conjugal das mulheres depois do nascimento do primeiro filho pode estar relacionada, em parte, com a insatisfação e o conflito a propósito das tarefas domésticas (Glenn, 1991; Kluwer, Heesink & Van de Vliert, 1996).

Em várias investigações verificou-se uma forte associação entre níveis globais de satisfação e felicidade conjugal e a percepção de justiça na divisão das tarefas domésticas e parentais. A percepção de justiça na divisão das tarefas domésticas está associada a níveis mais elevados de satisfação conjugal (Blair & Johnson, 1992; Pina & Bengtson, 1993; Voydanoff & Donnelly, 1999). Pleck (1985) verificou que as mulheres que referem o desejo de um maior envolvimento dos maridos no trabalho doméstico tendem a estar insatisfeitas com a vida familiar. Outros autores (Byrne & Carr, 2000; Keith & Schafer, 1986; Kessler & McCrae, 1982; Ross, Mirowsky & Huber, 1983) constataram que as mulheres experienciam níveis

mais elevados de depressão: quando os maridos desempenham menos actividades domésticas, e que a participação dos maridos nas tarefas domésticas tem um impacto particularmente forte na saúde mental de mulheres empregadas (Blair & Johnson, 1992; Kaslow & Carter, 1991; Pina & Bengtson, 1993; Suitor, 1991).

2.3: Processos Cognitivos

*Nada existe que seja bom ou mau.
É o pensamento que assim o torna.*
Shakespeare, *Hamlet*

2.3.1. As cognições como factores nodais na conjugalidade

O estudo das cognições nas relações íntimas e o seu papel aparentemente nodal na satisfação conjugal tem vindo a ser alvo de uma crescente atenção nas duas últimas décadas (Baucom, Epstein, Sayers & Sher, 1989; Cohan & Bradbury, 1997; Fincham, Bradbury & Scott, 1990; Fincham, Harold & Ganp-Philips, 2000; Halford & Sanders, 1990).

As cognições parecem ter um papel importante no modo como o casamento é experienciado, permitindo compreender os acontecimentos relacionais do passado e os actuais, e prever e orientar os comportamentos futuros (Fincham, Bradbury & Scott, 1990; Vanzett, Notarius & NeeSmith, 1992).

Pensamentos e sentimentos transitórios, e características do cônjuge relativamente estáveis, são aspectos que influenciam o modo como os acontecimentos são processados, bem como os julgamentos e os comportamentos no decorrer das interacções. As avaliações, pensamentos e sentimentos antes de uma interacção também podem influenciar o comportamento subsequente do cônjuge (Fincham *et al*, 1995).

A constatação da importância das necessidades e do afecto tem posto em causa a visão predominante da investigação em cognição conjugal de que os cônjuges são totalmente racionais e conscientes (Fincham, Bradbury & Scott, 1990). Muito frequentemente, as respostas dos cônjuges ignoram informação relevante, baseando-se exclusivamente nos sentimentos.

que nutrem pelo parceiro ou pela relação, fenómeno que, como já referimos, se designa por “inundação afectiva”. Weiss (1984; *in* Halford & Sanders, 1990) defende que as experiências acumuladas na relação levam ao desenvolvimento, por cada cônjuge, de um quadro global cognitivo sobre o parceiro, o qual mediatiza as percepções dos comportamentos dos parceiros e influencia as respostas subsequentes que lhe são dadas.

O estudo dos processos cognitivos deve incluir não apenas as cognições que ocorrem durante as interacções conjugais, mas também as cognições que ocorrem entre as interacções. As cognições que ocorrem entre as interacções fazem apelo à memória de acontecimentos previamente experienciados. Também o afecto tem aqui um papel importante ao nível da evocação. O estado de humor provoca uma recuperação selectiva de informação afectivamente congruente, o que significa que o material negativo é mais facilmente recuperado em casais insatisfeitos do que em casais satisfeitos, influenciando, assim, os processos cognitivos. De um modo geral, as pessoas deixam de procurar informações quando consideram que a que têm é suficiente para efectuar um julgamento com confiança. Isto significa que os julgamentos são influenciados pela informação mais acessível ou mais saliente na memória no momento em que são feitos.

É ainda importante considerar que a evocação de acontecimentos conjugais pode ser deliberada, ou pode surgir sem qualquer esforço ou controlo para os evocar, constituindo processos automáticos que operam fora da consciência. A maior parte do processamento durante a interacção conjugal tende a ser automática - cognições automáticas -, o que significa que os resultados do processamento são imediatos, não construídos, não se questionando os cônjuges sequer sobre a validade dos seus julgamentos, e considerando-os adequados no momento (Beach, Fincham, Katz & Bradbury,

1996; Fincham, Bradbury & Scott, 1990; Fincham & Linfield, 1997). Ou seja, *“as respostas emocionais e comportamentais do indivíduo a um acontecimento tendem a ser respostas lógicas à realidade tal como os pensamentos automáticos a retratam, embora essa visão da realidade possa ser distorcida ou inadequada”* (Baucom & Epstein, 1990, p.48).

Baucom *et al.* (1989; 1996) defendem a existência de cinco classes gerais de cognições relevantes nas relações conjugais⁷⁵, dado que parecem ter um papel importante no desenvolvimento e manutenção da disfuncionalidade conjugal:

- 1) Percepção de acontecimentos relacionais
- 2) Atribuição para tais acontecimentos
- 3) Expectativas
- 4) Pressupostos
- 5) Padrões

A revisão de literatura permite constatar que são muitos os estudos que relacionam as várias classes de cognições com o comportamento e a satisfação conjugal⁷⁶, sendo possível concluir que, comparativamente com casais satisfeitos, os casais não satisfeitos são, de um modo geral, mais negativos no seu comportamento verbal e não verbal, bem como nas cognições que desenvolvem durante a interacção (Fincham, Beach & Baucom, 1987; Halford & Sanders, 1990).

Os cinco tipos de cognições referidos por Baucom & Epstein (1990) podem ser vistos como um sistema cujos elementos - pressupostos, padrões,

⁷⁵ Seguiremos, neste estudo, esta tipologia de Baucom *et al.* (1989), por ser uma classificação exaustiva e diferenciada das cognições.

⁷⁶ Apesar do crescente foco no estudo das cognições ao nível da conjugalidade, a investigação tem-se centrado mais no desenvolvimento de trabalhos sobre atribuições e crenças, sendo as restantes cognições - percepções e expectativas - bastante menos investigadas (Baucom, Epstein, Sayers & Sher, 1989; Baucom & Epstein, 1990; Vanzetti, Notarius & Nee-Smith, 1992).

percepções, atribuições e expectativas – estão em inter-relação permanente, marcando um processo de influências mútuas, e influenciando, cada um deles, e o sistema na globalidade; a satisfação conjugal (Baucom & Epstein, 1990; Baucom, Epstein, Sayers & Sher, 1989; Quinn & Odell, 1998). Ou seja, como refere Watzlawick (1991, p. 208), “(...) de que forma as pressuposições, crenças, premissas, superstições, esperanças e afins se podem tornar mais reais do que a realidade (...)”.

Todos estes tipos de cognições e as inter-relações entre eles são adaptativos, dado que permitem ao indivíduo compreender, prever e controlar os acontecimentos relacionais. Contudo, podem também ser susceptíveis de distorções, ao serem representações inadequadas da realidade, implicando, nesse caso, consequências menos benéficas para o indivíduo e para as relações.

Apresentaremos, de seguida, uma síntese mais detalhada de alguns dos principais estudos sobre as cinco classes de cognições: pressupostos, padrões, percepções, expectativas e atribuições.

2.3.2. Pressupostos e Padrões

Os pressupostos e padrões são cognições que as pessoas desenvolvem sobre a natureza do mundo, incluindo, quer o que pensam sobre o que o mundo é; ou seja, crenças acerca das qualidades dos objectos e acontecimentos; e do modo como tais qualidades se inter-relacionam – pressupostos – quer o modo como as pessoas e relações deveriam ser – padrões.

Pressupostos e padrões são classificados, na literatura, como “estruturas cognitivas”, “estruturas de conhecimento”, “schemata” (Nisbett & Ross, 1980; Seiler, 1984; Turk & Speers, 1983; *in* Baucom & Epstein, 1990), “teorias implícitas” (Knee, 1998), “modelos de funcionamento interno” (Fitzpatrick *et al*, 1993), ou “filosofia de vida” (Hojjat, 1997). Tratam-se, pois, de representações internas construídas desde a infância através de experiências repetidas, as quais modelam a categorização de acontecimentos e situações, a resolução de problemas, as acções para atingir objectivos, os conceitos sobre as características dos objectos, a compreensão destes, e o modo de relação com eles. Em suma, uma estrutura cognitiva, construída a partir das experiências passadas, e, portanto, imbuída também de emoções, serve como ponto de referência para se compreender e interagir com objectos e situações, influenciando, pois, as experiências futuras (Baucom & Epstein, 1990; Baucom, Epstein, Sayers & Sher, 1989).

Quando as pessoas iniciam uma relação, “transportam” consigo teorias implícitas sobre a natureza das relações, sobre como as relações deveriam ser, sobre quais as características das relações que consideram mais recompensantes, etc.. Tais teorias implícitas - os pressupostos e padrões sobre as relações - influenciam os processos conjugais afectivos e comportamentais, bem como a qualidade da relação (Cutrona, 1996; Fitzpatrick & Sollie, 1999; Knee, 1998; Sprecher & Metts, 1999). Bradbury e Fincham (1991; *in* Fitzpatrick & Sollie, 1999) distinguem dois contextos que reflectem diferentes domínios do pensamento relacional: o *contexto distal* e o *contexto proximal*. O *contexto distal* representa, por exemplo, os pressupostos gerais sobre as relações, regras sobre o modo como as relações deveriam funcionar, pressupostos sobre a natureza dos parceiros/relações, e percepções sobre a história das relações. O *contexto*

proximal diz respeito às crenças relacionais específicas sobre diferentes padrões interaccionais e sobre características da relação actual, reflectindo as expectativas sobre processos que ocorrem na relação com o parceiro, tais como, auto-revelação, gestão dos conflitos, poder, etc..

Fitzpatrick & Sollie (1999) realizaram um estudo cujos resultados acentuam a tese de que os pressupostos e padrões impossíveis de realizar, ou, pelo menos, dificilmente realizáveis - crenças irrealistas -, podem impedir o desenvolvimento da qualidade da relação, na medida em que prejudicam o seu funcionamento, e diminuem o compromisso e a satisfação conjugal. São exemplos de crenças irrealistas, padrões extremos de perfeccionismo (tais como, a importância da leitura de pensamento, e o carácter destrutivo de qualquer conflito), e pressupostos extremos gerais sobre diferenças de género irreconciliáveis. Por exemplo, de acordo com Bradbury e Fincham (1987; *in* Fitzpatrick & Sollie, 1999), as atribuições de responsabilidade (*contexto proximal*) e as crenças românticas irrealistas (*contexto distal*) contribuem fortemente para a insatisfação conjugal.

Um dos pressupostos mais frequentes que influencia o modo como as pessoas interpretam os comportamentos uns dos outros é o que diz respeito às causas do comportamento humano. Nisbett e Ross (1980, *in* Baucom & Epstein, 1990), num estudo sobre pressupostos culturais verificaram que as pessoas, na cultura ocidental, tendem ver as causas do comportamento humano como fortemente disposicionais. Assim, um cônjuge, face a um determinado comportamento do parceiro, pode pressupor que tal comportamento se deve a uma dada característica deste, a qual é percebida como estável e imutável. A pressuposição de tal estabilidade das características pessoais influencia as expectativas e percepções face aos futuros comportamentos do parceiro. “Por exemplo, um indivíduo que espere

“o mesmo de sempre” do seu parceiro numa série de situações, poderá não ser capaz de reparar nas variações do comportamento do parceiro, assim como nas circunstâncias associadas a tais variações” (Baucom & Epstein, 1990, p.55). Estudos realizados por Eidelson e Epstein (Eidelson, 1985; Eidelson & Epstein, 1982; Epstein & Eidelson, 1981; *in* Baucom & Epstein, 1990) parecem demonstrar que o grau em que os indivíduos pressupõem que os cônjuges não podem mudar a relação (descrença sobre as relações) está significativamente correlacionado com insatisfação conjugal.

A aprendizagem de pressupostos errados sobre pessoas e relações de intimidade pode ter várias fontes: a exposição a modelos que não são representativos de populações mais vastas (modelos familiares disfuncionais, pessoas significativas também elas com pressupostos enviesados, cinemas, romances, etc.); percepções imprecisas de acontecimentos que ocorreram durante a vida (percepções selectivas de determinada informação ou de determinado modelo); correlações ilusórias⁷⁷ (quando a correlação que se pressupõe entre duas características ou acontecimentos se baseia numa associação significativa dessas características para o observador) (Baucom & Epstein, 1990).

Os padrões relacionais, sendo pontos de referência para a avaliação do próprio casamento, estão correlacionados com satisfação e funcionalidade conjugal global, e com índices mais específicos de funcionalidade conjugal; tais como outras variáveis cognitivas e padrões de comunicação (Baucom & Epstein, 1996).

⁷⁷ A correlação ilusória é uma das distorções cognitivas definidas por Baucom como “erros no processo de recolha e de utilização da informação, independentemente do conteúdo particular dessa informação” (Baucom, 1990, p.79). Como exemplo de correlação ilusória, suponhamos que um cônjuge tem o pressuposto de que “uma esposa afectiva é também sociável, disponível e altruísta”. Assim, se o marido considerar a sua esposa afectiva, poderá inferir que ela possui também as outras características.

Gordon *et al* (1999) realizaram um estudo com o objectivo de analisar de que modo a interacção entre comunicação e padrões relacionais influenciava o ajustamento conjugal. Os autores verificaram que tal interacção era preditora do ajustamento conjugal das mulheres, mas não dos homens. Os autores consideram que a diferença encontrada entre homens e mulheres se deve ao facto das mulheres, por serem mais sensíveis aos comportamentos relacionais, tenderem a analisar mais detalhadamente a relação, e, por isso, estarem mais conscientes das inconsistências entre comunicação e padrões, o que, por sua vez, afecta a percepção de ajustamento conjugal. Esta interpretação é consonante com resultados encontrados por Baucom *et al* (1992), e Rankin *et al* (1997; in Gordon *et al*, 1999), onde se verificou que os comportamentos das mulheres orientados para a relação – por exemplo, comportamentos que promovem a intimidade conjugal – estavam correlacionados com os seus próprios padrões e os dos seus maridos, enquanto o mesmo não se verificava com os comportamentos dos homens orientados para a relação.

Gordon *et al* (1999) verificaram que, nas mulheres, as inter-relações entre duas variáveis da comunicação – Comunicação Construtiva e Evitamento/Abandono Mútuo – e o seu ajustamento conjugal diferia em função dos seus padrões serem ou não focados na relação. A correlação entre comunicação e ajustamento conjugal era mais elevada em mulheres cujos padrões eram marcadamente relacionais. Os resultados deste estudo são também indicativos de que existem casais para quem a comunicação não está tão associada a ajustamento conjugal – aqueles cujos padrões não estão muito focados na relação. Para estes casais, por exemplo, o evitar a discussão de problemas e a pouca partilha de sentimentos não têm um grande efeito na satisfação conjugal, uma vez que tal permite a realização de padrões mais individuais, tais como a importância do espaço emocional e

da tomada de decisão independente. No entanto, é de salientar que, embora a associação entre comunicação e ajustamento possa ser mais baixa, não deixa de ser significativa, uma vez que, por exemplo, em situações de conflito, a comunicação construtiva é mais eficaz.

Os padrões tornam-se problemáticos quando são rígidos, quando existe incompatibilidade entre os padrões dos dois cônjuges, e quando a avaliação face a um padrão não alcançado é muito negativa (Baucom & Epstein, 1990; Noller, Beach & Osgarby, 1997). Torna-se, pois, essencial diferenciar entre o padrão em si mesmo, e a avaliação feita face a padrões não alcançados. Assim, um cônjuge pode, por exemplo, ter como pressuposto que, numa relação conjugal, os conflitos são destrutivos e significam falta de amor, o que se traduz no padrão: “Não podemos ter conflitos”. O facto de, por vezes, existirem conflitos, pode provocar alguma insatisfação que será tanto maior quanto maior for a acumulação de experiências conflituosas com o parceiro. Esta acumulação de experiências conflituosas, reflectindo a não realização do padrão referido, pode levar à deterioração da relação conjugal. Estudos realizados por Baucom e Epstein (1990; 1996) permitem concluir que é o grau em que os padrões de um cônjuge não são alcançados, bem como a avaliação feita quando o padrão não é alcançado - razoável (“Não estou satisfeito com a situação”) ou extrema (“Não consigo suportar mais esta situação”) - que mais influencia a deterioração da qualidade conjugal, dado que mais do que insatisfação gera perturbação, a qual se pode traduzir em emoções ou comportamentos disfuncionais (fúria, violência, evitamento, etc.). Os autores verificaram também que o número de padrões não realizados e o nível de perturbação emocional daí decorrente estão fortemente associados a atribuições de problemas ao parceiro e à relação (mas não ao próprio ou a causas externas); a atribuições de problemas a causas globais e estáveis; a atribuições de problemas a

questões de fronteiras (grau em que os parceiros partilham tempo, actividades, pensamentos e sentimentos um com o outro, e grau em que funcionam enquanto unidade por oposição a um funcionamento desligado), de poder (grau em que cada cônjuge tem impacto no processo e resultado de decisões que afectam vários aspectos da vida conjugal) e de investimento na relação (investimento quer no que diz respeito a tarefas instrumentais - por exemplo, parentalidade, tarefas domésticas -, quer no que diz respeito a actos que contribuem para o clima emocional da relação - por exemplo, expressão de afecto, partilha de pensamentos e sentimentos negativos); a respostas activas-destrutivas⁷⁸ para criar distância em relação ao parceiro. De acordo com os autores, o facto das pessoas ficarem ou não perturbadas pela não realização dos padrões pode também depender de pressupostos gerais sobre a vida. Por exemplo, algumas pessoas podem acreditar que a vida raramente é como se pensa que deveria ser. Estas pessoas podem investir muito na relação sem, no entanto, se perturbarem muito. Outras pessoas podem não ficar muito perturbadas com o facto dos padrões não estarem a ser realizados, apenas porque o seu grau de investimento na relação é reduzido.

Baucom *et al* (1996) verificaram, ainda, que as esposas ficam mais perturbadas do que os maridos quando os padrões não são realizados. De acordo com os autores, é provável que as esposas considerem os padrões relacionais mais importantes do que os maridos, e, por isso, fiquem mais perturbadas face à sua não realização. Esta hipótese é consistente com resultados de estudos que já referimos realizados por Baucom *et al* (1992), Rankin *et al* (1997; in Gordon *et al*, 1999) e Gordon *et al* (1999). Também é possível, segundo os autores, que os padrões relacionais sejam igualmente

⁷⁸ Referente à tipologia de reacções ao conflito de Rusbult (1991). Ver sub-capítulo 2.2.2.2.1.1.

relevantes para maridos e esposas, mas que uns e outros tenham modos emocionalmente diferentes de responder quando os padrões não são realizados.

2.3.3. Percepções

A percepção pode ser definida como *“aqueles aspectos de informação disponível numa situação nos quais um indivíduo repara e enquadra em categorias que lhe são significativas”* (Baucom & Epstein, 1990, p.66).

A percepção não se resume a uma recepção passiva dos estímulos, sendo, pelo contrário, um processo activo, complexo e fundamental para o sucesso nas relações com os outros, dado que uma boa gestão das relações depende também de uma interpretação, compreensão e previsão correctas sobre o comportamento dos outros (Baucom & Epstein, 1990; Forgas, 1989).

Enquanto a percepção de objectos físicos é directamente observável, a percepção de objectos sociais, tais como pessoas, diz sobretudo respeito a características que não são directamente observáveis, mas sim inferidas, o que significa que não só a possibilidade de percepções imprecisas e de erros perceptivos é muito elevada, como também se torna mais difícil o “dar-se conta” dos erros cometidos (Forgas, 1989).

Kelly (1955; *in* Baucom & Epstein, 1990) e Heider (1958; *in* Baucom & Epstein, 1990) descrevem o indivíduo como um “cientista intuitivo” que percepção selectivamente os estímulos e lhes atribui significados.

As percepções estão sujeitas à atenção selectiva devido a estados emocionais, fadiga ou estruturas cognitivas pré-existentes. O modo como a

pessoa se sente num determinado momento tem um forte efeito na precisão com que percepção os acontecimentos. Um estado de humor positivo tenderá a levar à identificação de características positivas e desejáveis no outro, enquanto o contrário se passa num estado de humor negativo. Em estudos realizados por Schiffenbauer (1974; *in* Forgas, 1989), verificou-se que pessoas que estão a experienciar um estado de humor positivo classificam de um modo mais positivo expressões faciais ambíguas do que pessoas que estão a experienciar um estado de humor negativo. Schwartz (1984, *in* Forgas, 1989) verificou que influências superficiais no estado de humor, tais como o bom tempo, estar num sítio agradável e relaxante, encontrar inesperadamente uma moeda, ou um bom resultado da equipa favorita, são suficientes para mudar a avaliação das pessoas sobre a sua felicidade, a sua satisfação com o trabalho, com o lar, ou até com a vida em geral. Quando as pessoas se sentem felizes, são activados mais pensamentos, construtos positivos, e consequentemente, tais construtos são usados para interpretar o comportamento dos outros. Inevitavelmente, tais comportamentos serão percebidos positivamente (Forgas, 1989).

Se as pessoas estão num estado emocional negativo tenderão a ter uma percepção limitada dos acontecimentos e dos comportamentos dos outros, reparando apenas nos aspectos que, eventualmente, possam estar relacionados com o seu estado emocional negativo. Assim, após um conflito conjugal, os cônjuges podem não se aperceber, ou podem perceber negativamente, comportamentos positivos do parceiro (Baucom & Epstein, 1990; Fincham & Bradbury, 1990).

Também a fadiga pode ter um efeito de filtro na percepção, impedindo que a pessoa capte toda a informação disponível numa situação (Baucom & Epstein, 1990). Imaginemos, por exemplo, um cônjuge A que

esteja num estado de grande cansaço. Durante uma conversa com o parceiro B, A não é capaz de perceber sinais verbais ou não verbais do parceiro indicativos da importância que o assunto em questão tem para este, dando pouca atenção à conversa, e mostrando sinais de impaciência. Por sua vez, o cônjuge B, atribui o desinteresse e a impaciência de A pela conversa a falta de apoio e de amor, iniciando-se um ciclo interactivo de respostas emocionais e comportamentais negativas geradoras de insatisfação⁷⁹.

A percepção de acontecimentos conjugais ou do comportamento do outro pode também ser influenciada pelos pressupostos de cada um dos cônjuges, bem como pelos seus padrões relativamente ao que maridos, esposas e casamentos “deveriam” ser (Baucom & Epstein, 1990). Por exemplo, um cônjuge que tenha o pressuposto de que “os conflitos conjugais são destrutivos”, ou o padrão de que “um casal feliz nunca discute” pode estar mais atento a sinais de conflito, ignorando os sinais de harmonia e satisfação⁸⁰.

Verificou-se, frequentemente, em contextos clínicos de terapia conjugal comportamental, que os cônjuges não aumentavam os níveis de satisfação, apesar do aumento da frequência de comportamentos desejados. Tal devia-se ao facto dos cônjuges interpretarem de um modo negativo as acções dos parceiros, ainda que estas fossem positivas (Baucom & Epstein, 1990; Baucom, Epstein, Sayers & Sher, 1989). A satisfação com a relação é mais influenciada pela percepção que se tem do parceiro do que pelo

⁷⁹ Neste exemplo, podemos distinguir algumas distorções cognitivas: *inferência arbitrária* – trata-se de uma inferência sobre uma característica ou acontecimento não observado, a partir de uma característica ou acontecimento observado, sem uma base suficientemente válida de dados; *personalização* – erro inferencial que consiste em sobrestimar o grau em que acontecimentos particulares estão relacionados com o próprio; *abstracção selectiva* – consiste em prestar atenção a apenas uma parte da informação disponível, e tirar conclusões a partir dessa informação limitada (Baucom & Epstein, 1990).

⁸⁰ Este é um exemplo de uma distorção cognitiva – maximização ou minimização – que ocorre quando a significação atribuída aos acontecimentos ou às características é sobrevalorizada ou subvalorizada (Baucom & Epstein, 1990).

comportamento real deste (Meeks, Hendrick & Hendrick, 1998). O que não surpreende, se recordarmos: “as duas realidades” de Watzlawick – a realidade em si⁸¹, e as imagens que formamos da realidade⁸² –, fundamentadas na máxima de Épicteto, segundo a qual, o que nós aborrece não são as coisas, mas sim a opinião que temos sobre elas (Watzlawick, 1978; 1991).

A minimização do impacto de comportamentos ou características negativas do parceiro, deve-se ao facto dos cônjuges:

- Não verem aspectos negativos, focando a sua atenção nas qualidades e comportamentos positivos;

- Apreenderem os comportamentos e características negativas, mas desvalorizarem a sua importância;

- Diluírem o significado negativo de determinadas “falhas” do parceiro, associando-as a qualidades positivas, ou mesmo, transformando-as em características positivas; e

- Desenvolverem atribuições positivas face a comportamentos ou características negativas (Murray & Holmes, 1994; Showers & Kevlyn, 1999).

Showers e Kevlyn (1999) referem ainda um processo de organização cognitiva, que, tal como os acima descritos, não é necessariamente consciente ou intencional. Este processo baseia-se no Modelo de Compartimentalização⁸³, segundo o qual, certos tipos de estruturas do si minimizam o impacto de características negativas salientes. De acordo com os autores, as pessoas podem organizar e avaliar o autoconhecimento de um

⁸¹ Denominada por Watzlawick, por realidade de 1ª ordem (Watzlawick, 1978).

⁸² Denominada por Watzlawick, por realidade de 2ª ordem (Watzlawick, 1978)

⁸³ *Compartmentalization Model*, no original.

modo compartimentalizado⁸⁴; ou de um modo integrado⁸⁵. Enquanto na organização compartimentalizada, o conhecimento do si tende a ser organizado de um modo exclusivamente positivo ou negativo, na organização integrada incluem-se aspectos negativos e positivos do si. Quando uma característica positiva é saliente, a organização compartimentalizada positiva é activada, realçando tal característica, incrementando, assim, os sentimentos positivos sobre o si, e, consequentemente, contribuindo para o aumento da auto-estima e para a positividade do estado de humor. Se uma característica negativa é saliente, a organização compartimentalizada negativa seria prejudicial para a auto-estima e para o estado de humor. Por isso, nestes casos em que as características negativas são relevantes e não podem ser evitadas, é a organização integrada que é activada, permitindo que os aspectos positivos sejam acessíveis e minimizem o impacto dos negativos, contribuindo, pois, para uma visão menos negativa do si.

No contexto relacional, ocorre um processo semelhante: em situações onde se salientam características ou comportamentos positivos do parceiro, é activada a organização compartimentalizada positiva sobre o que daquele se conhece, fomentando atitudes e sentimentos mais positivos; em situações onde se salientam características ou comportamentos negativos do parceiro, a organização integrada é activada, o que torna acessíveis também as características positivas, minimizando o impacto das negativas, e favorecendo atitudes e sentimentos mais positivos. Pelo contrário, a activação da organização compartimentalizada negativa em situações negativas, potencia a generalização dos comportamentos negativos, aumentando a tendência para um estilo atribucional pessimista, ou seja, a tendência para explicar o comportamento negativo do parceiro em termos

⁸⁴ *Evaluatively compartmentalized organization*, no original.

⁸⁵ *Evaluatively integrative organization*, no original.

de causas internas, estáveis e globais. Os autores sugerem que, quanto maior é o tempo de relação, mais necessária se torna a organização integrativa de modo a manter uma visão positiva do parceiro. A organização compartimentalizada só é eficaz para lidar com aspectos negativos do conhecimento, enquanto estes não são sobrevalorizados, ou enquanto podem ser evitados. De outro modo, a organização integrativa torna-se necessária, uma vez que só ela permite ligar aspectos negativos a positivos, diminuindo o impacto dos primeiros. De acordo com os autores, a partilha de actividades pelos cônjuges potencia a organização integrativa. Casais que não partilham muitas actividades têm mais dificuldade em activar este tipo de organização em situações negativas (Showers & Kevlyn, 1999).

As percepções e interpretações de cada cônjuge relativamente aos acontecimentos conjugais e ao comportamento do parceiro podem ser uma fonte de insatisfação se funcionarem como uma versão distorcida da realidade. Experienciar a realidade, neste caso, a relação, de um modo negativo, pode contribuir para a deterioração progressiva da satisfação conjugal.

Os enviesamentos perceptivos têm, pois, uma forte influência na interacção conjugal e na qualidade da relação, uma vez que, de um modo geral, os cônjuges não estão conscientes de que a informação que percebem é apenas uma parte dos dados disponíveis de uma determinada situação. Várias investigações demonstram o efeito da atenção selectiva na percepção de parceiros relativamente ao casamento. Estes estudos encontram níveis baixos de acordo entre os cônjuges sobre a ocorrência de comportamentos específicos nas suas interacções conjugais - níveis não superiores a 50% -, bem como baixos níveis de acordo entre os cônjuges e observadores externos. Os resultados sugerem que as discrepâncias entre

cônjuges e observadores se devem a enviesamentos sobretudo por parte dos cônjuges (Acitelli, 1996; Baucom & Epstein, 1990). Verifica-se também que casais mais satisfeitos têm índices mais elevados de concordância do que casais mais insatisfeitos, o que significa que estes parecem ter uma atenção selectiva mais diferenciada (Baucom, Epstein, Sayers & Sher, 1989; Noller, Beach & Osgarby 1997). A semelhança, entre os cônjuges, das percepções relativas à relação - o que pode ser designado por “acordo”, “consenso”, “significações partilhadas” - é considerada, por alguns investigadores, como a dimensão mais importante no ajustamento e satisfação conjugal (Acitelli, 1996).

Recentemente, têm sido realizados vários estudos que analisam a relação entre satisfação conjugal e percepção conjugal, em particular a percepção da relação. Num estudo realizado por Acitelli *et al.* (1999), verificou-se que as mulheres pensam positivamente sobre a relação mais frequentemente do que os homens, e que estes pensam menos sobre a relação, de um modo geral, do que as mulheres. Os autores constataram também - o que pode constituir uma explicação para os resultados acima referidos - que as mulheres pensam sobre elas próprias em termos mais relacionais do que os homens, o que pode significar que as mulheres, mais do que os homens, incorporam as suas relações na sua identidade. Assim, as relações das mulheres têm uma maior influência sobre as suas cognições, emoções e comportamentos. Também Attridge, Berscheid e Simpson (1995) referem que a identidade das mulheres tende a ser mais relacional do que a dos homens. Estes autores sugerem que é esta identidade relacional adicionada ao facto de as mulheres sofrerem, mais do que os homens, os custos da ruptura conjugal, que explica que aquelas tendam a ser mais conscientes dos acontecimentos conjugais, avaliem as relações de um modo mais cuidadoso do que os homens, identifiquem problemas mais

frequentemente, e façam avaliações da relação que constituem diagnósticos mais precisos sobre o futuro da relação⁸⁶. Acitelli *et al* (1999) verificaram, ainda, que em homens e mulheres cujas identidades eram mais relacionais, o pensar positivamente sobre a relação estava mais fortemente associado à satisfação conjugal. Um outro resultado interessante diz respeito ao facto da correlação entre pensar positivamente sobre as relações e satisfação conjugal ser mais fraca em cônjuges com uma forte identidade de casal - o indivíduo vê-se a si mesmo como uma parte do casal, e incorpora o casal no si - do que em cônjuges com uma fraca identidade de casal. *"Naqueles que têm uma forte identidade de casal, que já eram bastante felizes com as suas relações, os pensamentos positivos não afectam a sua satisfação relacional"* (Acitelli *et al*, 1999, p.610). Ou seja, enquanto nestes casais, o pensar positivamente sobre a relação é um processo automático, não necessitando de uma atenção consciente para o fazer, nos casais com uma fraca identidade de casal, o pensar sobre a relação em termos positivos aumenta a satisfação conjugal, uma vez que constitui o estímulo de que necessitam para se sentirem satisfeitos com a relação.

A percepção da relação está imbuída dos processos de comparação social, os quais têm uma função de autovalorização, de tal modo que os cônjuges comparam a sua relação com outras, percebendo-a como superior⁸⁷: consideram-na como mais equitativa do que as relações da maior parte das pessoas; têm mais crenças positivas e menos negativas sobre a sua própria relação do que sobre as relações dos outros; consideram-se menos vulneráveis ao divórcio do que os outros; acreditam que estão acima da média enquanto cônjuges (Buunk & Van Eijnden, 1997; Fowers, 1998). Esta

⁸⁶ De notar que estes resultados estão em consonância com os encontrados em estudos já referidos sobre padrões - ver sub-capítulo 2.3.3.2.

⁸⁷ Este enviesamento de autovalorização relacional é mais característico dos que estão felizes na relação.

percepção de superioridade relacional⁶⁸, denominada de *superioridade ilusória*, bastante associada à satisfação conjugal, tem uma função motivacional e pode contribuir para um aumento da coesão e da identidade social positiva do casal.

O facto dos indivíduos satisfeitos perceberem a sua relação como melhor do que a dos outros pode ser devido à intervenção de alguns processos cognitivos: memória selectiva para a informação negativa sobre os outros e para a informação positiva sobre a própria relação; atribuição de problemas a características estáveis nas outras relações, e atribuição a factores temporários na própria relação; elevada saliência de intimidade e peculiaridade na própria relação (Buunk & Van Eijnden, 1997; Simpson, Gangestad & Lerma, 1990).

A maior parte das pessoas pensa que a maioria dos outros são felizes nas suas relações de intimidade⁶⁹. Tal pode ser explicado por várias razões: os indivíduos podem, de facto, percepcionar os outros como sendo felizes nas relações; em geral, as pessoas têm percepções moderadamente positivas dos outros, podendo, de igual modo, ter percepções moderadamente positivas das outras relações; os indivíduos felizes nas suas relações tenderão a projectar a sua situação nos outros; a percepção negativa das outras relações pode funcionar como uma ameaça de mau prognóstico para a sua própria relação.

⁶⁸ Este fenómeno de superioridade parece também ocorrer a um nível de percepção individual, em diversas dimensões tais como justiça, saúde, habilidade para conduzir, etc.

⁶⁹ Num estudo realizado por Buunk e Van Eijnden (1997), constatou-se que as pessoas que tinham uma relação feliz avaliavam a percentagem dos indivíduos com uma relação feliz mais elevada do que aqueles que não tinham uma relação feliz. Os autores verificaram ainda que indivíduos que não estavam envolvidos numa relação tinham uma visão menos positiva, percebendo a sua última relação como não superior à média, e avaliando a percentagem de relações felizes como mais baixa do que aqueles com uma relação actual. É provável que as pessoas que têm uma relação feliz estejam num estado de espírito mais positivo e, por isso, tenham uma visão mais tranquila e optimista da vida, vendo-se a elas próprias como melhores, e aos outros como bons.

De acordo com alguns autores (Fowers *et al*, 1994; Fowers, Lyons & Montel, 1996), uma preocupação persistente na avaliação da satisfação conjugal tem sido o facto destas avaliações - dado que são obtidas, na sua maior parte, através de medidas de auto-registo - poderem estar contaminadas pelo enviesamento de desiderabilidade social. Edmonds (1967; *in* Fowers, Lyons & Montel, 1996) conceptualizou este enviesamento como a tendência inconsciente e sem intenção para descrever o parceiro e o casamento de um modo positivo irrealista, e designou-o por *Convencionalização Conjugal*⁹⁰. Desenvolveu a escala de *Convencionalização Conjugal* com itens que descrevem o casamento e o parceiro em termos impossíveis, tais como “O meu casamento é um perfeito sucesso”, “O meu cônjuge realiza todas as minhas necessidades”.

Estas distorções idealistas estão fortemente correlacionadas com a satisfação conjugal, parecendo indicar que pode ser impossível ter um elevado grau de satisfação conjugal sem se ver o casamento e o cônjuge de um modo positivo irrealista⁹¹. Esta tese tem sido confirmada em vários estudos. Por exemplo, Hall e Taylor (1976; *in* Fowers, Lyons & Montel, 1996) constataram que os cônjuges tendem a avaliar os seus parceiros mais positivamente do que a eles próprios e do que a outros⁹². Também a investigação em atribuições conjugais tem sugerido um padrão semelhante de visões positivas exageradas do casamento entre casais satisfeitos. Ao se examinarem atribuições de responsabilidade, verificou-se que cônjuges satisfeitos tendiam a dar aos seus parceiros mais crédito do que os seus

⁹⁰ Fowers e Applegate utilizam o termo *Distorção Idealista* para se referirem a este mesmo fenómeno.

⁹¹ Murray, e Holmes (1996) defendem que o conhecimento real das verdadeiras qualidades do parceiro poderia constituir uma desilusão, o que leva à necessidade de se construir imagens idealizadas que permitam a manutenção da satisfação com o parceiro e com a relação.

⁹² Uma replicação deste estudo por Pomerantz (1995; *in* Fowers, Lyons & Montel, 1996) parece indicar que as pessoas avaliam os cônjuges mais positivamente do que avaliam os outros, mas auto-avaliam-se mais positivamente.

parceiros se davam a si mesmos nos acontecimentos positivos, e referiam-se como mais responsáveis do que os seus parceiros para acontecimentos negativos. O padrão oposto tem sido encontrado com casais não satisfeitos⁹³. No mesmo sentido de ilusões positivas irrealistas, Heaton e Albrecht (1991) verificaram que três quartos dos respondentes de uma amostra representativa indicaram que era muito improvável que se divorciassem. Este optimismo é claramente inconsistente com a incidência de divórcio na população em geral⁹⁴.

Fowers, Lyons e Montel (1996) sugerem a existência de um padrão de autoperpetuação ou de manutenção da satisfação conjugal: um cônjuge dá mais crédito ao parceiro do que aquele que seria dado por um observador externo; esta percepção positiva irrealista tende a encorajar acções positivas para com o parceiro; quer as percepções, quer as acções positivas desencadeiam respostas positivas do parceiro; estas respostas reforçam a percepção positiva irrealista.

Conclui-se, pois, que a percepção é condicionante da expressão de sentimentos positivos e negativos sobre a relação e sobre o cônjuge, os quais, por sua vez, influenciam a satisfação conjugal.

Investigações longitudinais recentes demonstram que baixos níveis de afecto e de orgulho pelo outro, bem como baixos níveis de utilização do “nós” no discurso são fortes preditores da consideração do divórcio (Buehlman, Gottman & Katz, 1992; Gottman & Levenson, 1999). Outros autores (Beach & Tesser, 1993, 1995; *in* Beach *et al*, 1996) analisaram o efeito da inveja ou orgulho no parceiro, e verificaram que um grande orgulho no parceiro estava positivamente correlacionado com a satisfação conjugal,

⁹³ Ver mais adiante, subcapítulo 2.3.6.

⁹⁴ Fowers, Lyons e Montel (1996), num estudo realizado, encontraram um resultado semelhante: quase metade dos participantes disse que não havia qualquer possibilidade de se divorciarem.

enquanto uma grande inveja estava negativamente correlacionada com a satisfação conjugal. Também verificaram um efeito empático ao nível do poder, ou seja, maridos e esposas tendiam a estar mais satisfeitos quando viam o seu parceiro exercer o poder em áreas que eram importantes para ele, e se viam a si próprios a exercer o poder em áreas que não eram importantes para o parceiro.

A percepção parece ter um papel essencial na validação da auto-imagem dos cônjuges. Na relação de namoro, cada um “mostra” ao outro as suas características, e ambos esperam pelos julgamentos do parceiro, enquanto eles próprios avaliam as qualidades deste. Assim, o namoro pode ser visto como um período onde os pedidos de aceitação e os julgamentos são contínuos, sendo o nível de avaliação mais saliente que o nível de compromisso, dado que as pessoas estão num período de avaliação do outro como futuro companheiro. Para as pessoas casadas, e dado que o nível de compromisso é já muito forte, e, portanto, as pessoas tendem a assumir que a relação irá continuar indefinidamente, a confiança mútua substitui a avaliação apreensiva, sendo a crítica interpretada como uma fonte de crescimento e desenvolvimento pessoal e relacional. Assim, enquanto os namorados preferem avaliações favoráveis, os casados pretendem avaliações que aumentem o autoconhecimento e que promovam o crescimento. Deste modo, os casados parecem preferir que os seus parceiros reconheçam as suas forças e fraquezas. As avaliações favoráveis inadequadas, ou seja, as avaliações que caem fora da “latitude de aceitação”, podem provocar um sentimento de falta de autenticidade e de desconfiança em relação à pessoa que avalia. (Beach, Fincham, Katz & Bradbury, 1996; Swann, De la Ronde & Hixon, 1994).

2.3.4. Expectativas

O modelo da aprendizagem social de Rotter (1954; *in* Baucôm & Epstein, 1990) sugere que a probabilidade de que um indivíduo tenha um determinado comportamento depende das suas expectativas sobre os resultados decorrentes de tal comportamento, bem como do valor que ele atribui a tais resultados. Neste modelo, distinguem-se dois tipos de expectativas: as expectativas específicas que dizem respeito a previsões sobre situações específicas, e expectativas gerais, mais globais e estáveis. De acordo com este modelo, quer as expectativas, quer os valores atribuídos aos resultados são determinados pela história de aprendizagem do indivíduo. Bandura (1977; *in* Baucom & Epstein, 1990) enfatizou o papel da cognição na aprendizagem ao descrever como as pessoas, por experiência directa ou, frequentemente, de um modo indirecto, por instrução ou modelagem de outros, aprendem a antecipar consequências prováveis das suas acções e como alteram o seu comportamento de modo a desencadear ou evitar determinadas consequências.

As interacções conjugais são influenciadas pelas decisões que ambos os cônjuges tomam sobre os seus comportamentos, a partir das expectativas que têm relativamente às consequências de tais comportamentos. Estas decisões, baseadas em expectativas, podem ser espontâneas e não totalmente conscientes. De acordo com a distinção já referida, as expectativas podem ser específicas e situacionais, ou aplicadas a todo um leque de situações no casamento. Em função da relação ou da história pessoal, os cônjuges tendem a desenvolver uma rede extensa de expectativas sobre o comportamento dos seus parceiros em determinadas situações (Baucom & Epstein, 1990; Vanzetti, Notarius & NeeSmith, 1992). Ou, numa análise mais detalhada, tal como é proposta por Fincham *et al.*

(1995), as interacções conjugais – acontecimentos activadores – são geradoras de expectativas sobre o modo como o parceiro se comportará, o que, por sua vez, desencadeia um conjunto de emoções. Segundo os autores, esta série de interacções conjugais ou acontecimentos activadores leva, frequentemente, a um sentimento global face ao parceiro. Este sentimento – que pode ser indiciado pela satisfação conjugal global – ultrapassa, muitas vezes, os limites de uma situação específica – fenómeno que já por diversas vezes referimos, ao longo deste trabalho, como “inundação afectiva” –, e leva a previsões questionáveis sobre o parceiro (Baucom, 1995; Fincham *et al.*, 1995; Noller, Beach & Osgarby, 1997).

Bandura (1977; cit. Baucom & Epstein, 1990) distingue as *expectativas de resultados*⁹⁵ – a avaliação que uma pessoa faz de que uma determinada acção levará a determinadas consequências numa determinada situação – das *expectativas de eficácia* – a avaliação que uma pessoa faz de que ela será capaz de levar a cabo a acção que desencadeará determinadas consequências (Baucom & Epstein, 1990; Noller, Beach & Osgarby, 1997).

As *expectativas de eficácia* parecem ser nodais para a resolução de conflitos conjugais e familiares; e estão positivamente correlacionadas com a satisfação conjugal (Baucom & Epstein, 1990; Noller, Beach & Osgarby, 1997). Quanto mais baixas forem as expectativas dos cônjuges quanto às suas capacidades de resolução de problemas conjugais, maior será a probabilidade de ocorrerem respostas de resignação aprendida. Estudos realizados por Doherty, e também por Pretzer, Epstein e Flemming (1981; 1985; *in* Baucom & Epstein, 1990), sugerem que, numa história de

⁹⁵ Na relação conjugal, as expectativas de resultados podem centrar-se: nas *reações do parceiro*: se eu fizer X na situação A, será provável que o meu parceiro faça Y; nas *reações do próprio*: se o meu parceiro fizer X na situação A, eu farei Y; nos *resultados de um acontecimento conjunto*: se eu e o meu parceiro fizermos X na situação A, acontecerá Y.

experiências negativas no casamento e de tentativas infrutíferas para resolver os problemas, os cônjuges podem desenvolver a percepção de que a escalada de conflito é incontrolável, tendem a desistir de resolver os problemas, não conseguem utilizar nova informação que lhes permitiria melhorar a situação, evitam activamente as questões problemáticas, e diminuem o seu grau de investimento/compromisso na relação e de satisfação conjugal. Estas baixas expectativas desenvolvem-se mais facilmente quando os cônjuges atribuem as causas dos seus problemas conjugais a factores estáveis e globais, bem como a intenções negativas dos seus parceiros. De acordo com Doherty, a falta de expectativas de eficácia conjunta é um dos factores que mais contribui para a ruptura ou para a ausência dos esforços colaborativos necessários para resolver conflitos interpessoais (Baucom & Epstein, 1990).

As expectativas permitem aos indivíduos compreender, prever e controlar os acontecimentos, e tomar decisões que levem a resultados favoráveis, sendo, pois, um processo adaptativo que facilita uma boa gestão das relações. Contudo, tal como acontece com os outros tipos de cognições já referidos, quando as expectativas se baseiam em dados errados ou falsos, ou são aplicadas inadequadamente, podem levar os cônjuges a tomar decisões erradas sobre o modo como devem agir um com o outro (Baucom & Epstein, 1990).

Num estudo realizado por Vanzetti, Notarius & NeeSmith (1992), onde se pretendia avaliar a eficácia relacional e expectativas dos cônjuges relativamente ao comportamento do parceiro em situação de interacção, bem como avaliar as atribuições disposicionais ou situacionais feitas pelos cônjuges ao comportamento do parceiro, verificou-se que:

➤ Casais não satisfeitos, quer em situações de baixo conflito, quer em situações de conflito elevado, esperam mais comportamentos negativos e menos positivos do cônjuge do que casais satisfeitos;

➤ Os casais não satisfeitos, comparados com casais satisfeitos, tendem a ter expectativas negativas mesmo em interações, tarefas ou situações susceptíveis de gerar sentimentos positivos;

➤ Quando um cônjuge não satisfeito percebe o seu parceiro a agir de um modo positivo, quando esperava um comportamento negativo, processa cognitivamente esse comportamento de tal modo que reduz ou anula o efeito positivo sobre o seu nível geral de não satisfação;

➤ Casais com expectativas elevadas de eficácia relacional tendem a fazer atribuições aos comportamentos dos parceiros que levam ao enriquecimento da relação, enquanto casais com expectativas baixas de eficácia relacional tendem a fazer atribuições aos comportamentos dos parceiros que levam à manutenção da não satisfação;

➤ Casais com expectativas elevadas de eficácia relacional tendem a compreender os comportamentos positivos como uma parte permanente no repertório comportamental do parceiro, enquanto casais com expectativas baixas de eficácia relacional tendem a desvalorizar os comportamentos positivos e fazem atribuições disposicionais aos comportamentos negativos do parceiro.

Fincham *et al* (1995) encontraram, em estudos realizados, uma correlação significativa entre satisfação conjugal e o afecto referido imediatamente antes de uma situação interactiva, afecto este que é revelador das expectativas face à futura interacção.

Também num estudo longitudinal de 4 anos, realizado por Gottman & Levenson (1999), com o objectivo de investigar factores preditivos da deterioração da qualidade conjugal, se demonstrou a influência das expectativas na satisfação conjugal. Estes autores verificaram que uma medida elevada de activação fisiológica antes de uma interacção - a qual traduz a antecipação do stress durante a interacção, e, portanto, a expectativa de um estado aversivo - é preditiva de uma trajectória do casal para a ruptura.

2.3.5. Atribuições

Atribuições são explicações que as pessoas dão para os factores que causam determinado acontecimento. Assim, no processo atribucional inclui-se a observação dos acontecimentos e as inferências feitas sobre as suas possíveis causas.

De acordo com Heider (1958; *in* Forgas, 1989), para uma boa gestão das relações é fundamental compreender, prever e controlar os acontecimentos. Conseguimos fazê-lo, de acordo com Heider, partindo do princípio de que o comportamento é causado, e procuramos as causas, quer nas pessoas, quer no derredor. Funcionamos como “cientistas ingénuos”, e, para nos compreendermos uns aos outros, utilizamos os mesmos princípios de causa e lógica que os cientistas utilizam para compreender o mundo físico.

Os trabalhos de Heider (1958; *in* Forgas, 1989), Jones e Davis (1965; *in* Forgas, 1989) e Kelley (1967; *in* Forgas, 1989) foram catalisadores de uma crescente atenção e análise do modo como as pessoas explicam os

acontecimentos no seu dia a dia. Explicar os acontecimentos não é apenas um processo “científico”, imparcial, racional e lógico. O observador que faz inferências sobre as causas dos acontecimentos não é um mero filósofo usando apenas as regras da lógica – tal como poderá ser entendido na óptica de Heider –, ou um organizado e disciplinado processador de informação – segundo Jones e Davis –, ou um cientista social que procura as explicações dos acontecimentos considerando, também, os julgamentos dos outros – na perspectiva de Kelly. As atribuições que fazemos estão imbuídas de enviesamentos irracionais, ilógicos, motivacionais, bem como da nossa incapacidade para lidar eficazmente com toda a informação disponível (Forgas, 1989).

À questão, “Porque é que os cônjuges fazem atribuições?”, Baucom (Baucom, 1987) sugere quatro razões: como reacção a comportamentos imprevisíveis, a comportamentos novos, a comportamentos negativos e a comportamentos significativos⁹⁶.

Os comportamentos imprevisíveis desencadeiam processos atribucionais, dado que o comportamento inesperado tende a atrair a atenção do observador que o procura compreender. A maioria dos casais satisfeitos espera que os seus cônjuges se comportem positivamente devido às características do parceiro. Quando surge um comportamento negativo inesperado, os cônjuges tendem, então, a encontrar explicações para tal comportamento. Relativamente aos casais insatisfeitos, os dados clínicos parecem revelar uma grande variabilidade; sobretudo, em função do tempo de duração dos problemas conjugais. Casais cujos problemas são recentes

⁹⁶ Fletcher, Fincham, Cramer & Heron (1987), num estudo realizado com casais de namorados, verificaram que a actividade atribucional era mais frequente nos primeiros tempos da relação, quando ocorriam mudanças importantes ou em momentos de escolhas importantes, e quando as relações eram percebidas como instáveis.

tendem a mostrar-se mais positivos; mais empenhados na relação, são pouco claros quanto às causas das dificuldades que atravessam, e esperam que o parceiro se comporte de um modo positivo. Os comportamentos negativos são inesperados; desencadeando-se, assim, atribuições de modo a compreenderem os problemas pelos quais estão a passar. Nos casais cujos problemas são já de longa data, os comportamentos negativos e punitivos acompanham a história da relação. Tais cônjuges têm percepções e expectativas muito negativas sobre os parceiros, e o processo atribucional está imbuído de enviesamentos, tendendo a fazer atribuições implícitas, automáticas, disposicionais e simplistas aos acontecimentos e aos comportamentos negativos do cônjuge.

Os comportamentos novos de uma pessoa significativa, são também geradores de atribuições. Estes comportamentos novos são frequentes, por definição, nos estádios iniciais de uma relação, e daí que, nesta fase, o processo atribucional seja muito activo. Os comportamentos novos em fases mais avançadas da relação envolvem, muitas vezes, mudanças de comportamento, para as quais os cônjuges tentam encontrar explicações.

O impacto do comportamento negativo tende a atrair a atenção dos cônjuges, instigando o processo atribucional. Uma vez que, nos casais não satisfeitos, é maior a frequência de interações negativas, naturalmente, é também maior a frequência de atribuições (Harvey, 1987). Os acontecimentos positivos são alvo de menos pensamentos e de menor actividade atribucional (Fincham, Bradbury & Scott, 1990; Harvey, 1987). Como, em geral, as situações positivas não desencadeiam atribuições explícitas, nem apreciações explícitas frequentes, é habitual encontrar-se casais satisfeitos que se queixam pelo facto de se sentirem pouco apreciados ou reforçados nos seus comportamentos positivos. Os casais não

satisfeitos, face a situações em que o comportamento positivo não é esperado, tendem a desenvolver mais atribuições. A estes comportamentos positivos, uma vez que ocorrem frequentemente em contextos negativos, são feitas interpretações e atribuições que minimizam o seu efeito positivo.

Os comportamentos significativos para o indivíduo provocam mais actividade atribucional do que comportamentos considerados pouco importantes.

As atribuições adaptativas permitem compreender o outro, aumentar a intimidade, controlar (alterar o comportamento do parceiro, alterar o seu próprio comportamento, prever o comportamento do outro de modo a minimizar o impacto negativo em si próprio, controlando a sua própria reacção emocional), proteger e melhorar a auto-estima, melhorar a imagem que se tem do parceiro e da relação, ou seja, permitem a manutenção da satisfação conjugal global face a acontecimentos negativos específicos (Baucom, 1990; Karney & Bradbury, 2000).

As atribuições podem ser classificadas em três tipos distintos: atribuições de causalidade, de responsabilidade e de culpa (Baucom & Epstein, 1990; Bradbury & Fincham, 1990, 1992; Lussier, Sabourin & Wright, 1993).

As atribuições de causalidade dizem respeito ao antecedente ou antecedentes que justificam a ocorrência de determinado acontecimento. Neste tipo de causalidade, incluem-se as dimensões Interna/Externa, Estável/Instável e Global/Específica, as quais são definidas do seguinte modo:

➤ *Interna/Externa* - esta dimensão tem a ver com a fonte da causa, ou seja, aquilo que é responsável pelo acontecimento: o actor ou as circunstâncias. O “erro fundamental de atribuição” define-se, precisamente,

pela tendência para explicar os acontecimentos em termos de disposições internas (Forgas, 1989). Esta tendência tem também sido verificada ao nível da atribuição conjugal (Fincham, Bradbury & Scott, 1990). Vários estudos demonstram que casais insatisfeitos tendem a classificar o comportamento negativo do cônjuge mais internamente, enquanto casais satisfeitos classificam mais internamente o comportamento positivo do parceiro (Harvey, 1987).

➤ *Estável/Instável* - diz respeito ao facto da causa ser permanente e, portanto, não susceptível de mudança, ou ser transitória e, portanto, mutável.

➤ *Global/Específica* - esta dimensão refere-se ao facto da causa afectar vários aspectos da relação, ou confinar-se a poucos aspectos da relação.

As atribuições de responsabilidade referem-se à avaliação moral de um determinado acto de alguém, implicando, pois, um componente avaliativo que compara o comportamento com critérios normativos. Nestas atribuições, estão, pois, envolvidas as dimensões censurável/louvável (comportamentos merecedores de censura ou de elogios); sem intenção/intencional (grau de intencionalidade do actor); intenção positiva/negativa (se o cônjuge acredita que o parceiro teve uma intenção positiva ou negativa - o que A pensa de B -, ou se o comportamento reflecte que o parceiro se sente positivo ou negativo face ao cônjuge - o que B pensa de A. Esta dimensão revela o carácter interpessoal das atribuições, ou seja, as atribuições envolvem a percepção “do próprio face ao outro” e “do outro face ao próprio”; motivação egoísta/não egoísta (acção motivada ou não por egoísmo); voluntário/não voluntário (actor percebido como comportando-se ou não voluntariamente). As atribuições de

responsabilidade parecem ser preditores mais fortes de não satisfação conjugal do que as atribuições de causalidade (Baucom & Epstein, 1996; Baucom *et al*, 1996b).

As atribuições de culpa surgem depois de um indivíduo avaliar e rejeitar a justificação ou desculpa do outro por uma acção que é considerada intencional.

De acordo com os autores, as explicações causais influenciam as atribuições de responsabilidade, as quais, por sua vez, levam à atribuição de culpa, ou dito de outro modo, as atribuições de culpa pressupõem atribuições de responsabilidade, as quais pressupõem atribuições de causalidade (Baucom, 1987; Bradbury & Fincham, 1990, 1992; Lussier, Sabourin & Wright, 1993; Noller, Beach & Osgarby, 1997). Em estudos realizados por Fincham & Bradbury (1992 *in* Lussier, Sabourin & Wright, 1993), verificou-se que, enquanto causalidade e responsabilidade são dois factores distintos, a distinção entre responsabilidade e culpa é, de certo modo, ambígua.

As atribuições conjugais podem ainda ser classificadas em *atribuições que mantêm a insatisfação* ou *atribuições que enriquecem a relação*.

As atribuições que mantêm a insatisfação são as atribuições de comportamentos negativos do parceiro como internas (atribuição ao parceiro), estáveis, globais, censuráveis, voluntárias, intencionais, negativas e com motivação egoísta, e de comportamentos positivos do parceiro como externas, instáveis, específicas, involuntárias, sem intenção ou até com intenção negativa e mesmo com motivação egoísta.

As atribuições que enriquecem a relação correspondem, naturalmente, ao oposto das atribuições que mantêm a insatisfação. Quer

para comportamentos positivos, quer para comportamentos negativos dos parceiros, os cônjuges satisfeitos tendem mais do que os cônjuges insatisfeitos a fazer atribuições que enriquecem a relação⁹⁷, enquanto os cônjuges insatisfeitos tendem mais do que os cônjuges satisfeitos a fazer atribuições que mantêm a insatisfação^{98 99}.

Vários estudos no âmbito da conjugalidade demonstram que os cônjuges tendem a sobrestimar a sua própria responsabilidade para os acontecimentos relacionais positivos, e a sobrestimar a responsabilidade dos cônjuges para acontecimentos negativos - enviesamento egocêntrico. Contudo, em casais satisfeitos, os cônjuges dão mais crédito aos seus parceiros para acontecimentos positivos, estando a satisfação conjugal negativamente associada ao culpar o parceiro das dificuldades relacionais, e positivamente associada à percepção de controlo pessoal sobre os conflitos (Baucom, 1987; Fincham & Bradbury, 1990; Harvey, 1987).

Estudos realizados com casais demonstram que os cônjuges têm percepções diferentes das fontes dos conflitos, fazendo atribuições discrepantes, ainda que pensem que as suas atribuições são semelhantes. Coloca-se pois a hipótese de que a percepção de acordo entre os parceiros seja mais influente na satisfação conjugal do que o acordo real (Harvey, 1987).

De acordo com Harvey (1987) e Gottman (1998), homens e mulheres envolvem-se diferentemente na actividade atribucional: enquanto os homens

⁹⁷ Fletcher, Fincham, Cramer & Heron (1987) encontraram resultados semelhantes num estudo que realizaram com casais de namorados.

⁹⁸ Entre outros: Baucom *et al*, 1996b; Bradbury & Fincham, 1990; Bradbury, Beach, Fincham & Nelson, 1996; Christensen & Walczynski, 1997; Fincham & Grych, 1991; Fincham, Harold & Gano-Philips, 2000; Gottman, 1998; Harvey, 1987; Hojjat, 1997; Horneffer & Fincham, 1995; Karney & Bradbury, 2000.

⁹⁹ A associação entre atribuições e satisfação parece ser a associação mais forte na literatura sobre relações próximas. Cerca de 70% dos estudos relevantes encontram esta associação, não existindo dados que a refutem (Fincham, Harold & Gano-Philips, 2000).

se envolvem numa espécie de “complacência emocional” à medida que os acontecimentos são positivos, as mulheres envolvem-se em actividade atribucional independentemente do nível de satisfação conjugal. Por isso, os homens são considerados “barómetros atribucionais” da satisfação conjugal.

Autores como Baucom (1987, 1989), Harvey (1987), e Bradbury & Fincham (1990) realizaram uma revisão de literatura sobre esta temática¹⁰⁰, tendo confirmado a hipótese geral de que em casais insatisfeitos, as atribuições diminuem o impacto dos acontecimentos positivos e acentuam o impacto dos acontecimentos negativos, enquanto nos casais satisfeitos, as atribuições diminuem o impacto dos acontecimentos negativos e aumentam o impacto dos acontecimentos positivos.

Na revisão realizada por Bradbury e Fincham (1990), os autores analisaram também as conclusões relativas à natureza das atribuições para acontecimentos/comportamentos positivos e negativos em cônjuges insatisfeitos.

Relativamente aos acontecimentos positivos, os autores verificaram que, na maioria dos estudos:

➤ as atribuições de causalidade ao parceiro tendiam a ser instáveis e específicas; no que diz respeito à dimensão interna/externa, os resultados foram inconclusivos;

¹⁰⁰ A revisão de Bradbury & Fincham (1990) foi efectuada com base em 23 estudos. Estes estudos têm em comum uma estratégia em que a satisfação conjugal é avaliada numa amostra de cônjuges, e, então, relacionada com atribuições que são feitas em resposta a estímulos conjugais relevantes. Diferiam no modo de avaliação da satisfação conjugal, no tamanho e composição das amostras estudadas, nos estímulos utilizados para desencadear as atribuições e nas variáveis dependentes investigadas. Os 23 estudos tinham como foco central a natureza (tipo e dimensões) das atribuições. Para estudar a natureza das atribuições colocam-se, geralmente, os cônjuges perante acontecimentos reais ou hipotéticos, e é-lhes pedido que classifiquem a causa ou a responsabilidade do cônjuge por esse acontecimento ao longo de uma série de dimensões.

➤ relativamente às atribuições de responsabilidade ao parceiro, este era mais frequentemente percebido como agindo sem intenção, ou com intenções mais negativas; como tendo motivações egoístas; e como não sendo merecedor de elogios.

Relativamente aos acontecimentos negativos, os autores verificaram que, na maioria dos estudos:

➤ As atribuições de causalidade ao parceiro tendiam a ser internas, estáveis, e globais;

➤ Relativamente às atribuições de responsabilidade ao parceiro, este era mais frequentemente percebido como agindo intencionalmente, e com intenções negativas; como sendo influenciado por um traço permanente mais do que por um estado temporário; como tendo motivações egoístas; como sendo merecedor de censuras; e como tendo falta de atitudes positivas e de amor pelo cônjuge.

Bradbury & Fincham (1992) realizaram uma investigação com o objectivo de verificar e analisar as relações entre as atribuições de acontecimentos conjugais e o comportamento dos cônjuges, bem como verificar se a associação entre atribuições e comportamento difere em função da satisfação conjugal. As conclusões indicaram que os comportamentos que os cônjuges manifestam nas suas interações podem ser devidos, em parte, às atribuições que fazem das dificuldades conjugais. De acordo com os resultados encontrados, o grau em que um cônjuge é construtivo ou destrutivo na resolução de conflitos parece depender da extensão em que ele tende a dar explicações benevolentes ou não aos conflitos conjugais. Os autores verificaram que o grau de co-variação entre atribuições e comportamento parece diferir em casamentos satisfeitos ou insatisfeitos, de tal modo que o comportamento hostil ou crítico é mais

previsível a partir das atribuições em esposas não satisfeitas do que em esposas satisfeitas. Os autores sugerem que a tendência dos cônjuges para atribuir os problemas conjugais aos parceiros contribui para a manutenção dos problemas, diminuindo a satisfação conjugal ao longo do tempo (Bradbury & Fincham, 1992; Bradbury, Beach, Fincham & Nelson, 1996; Noller, Beach & Osgarby, 1997; Quinn & Odell, 1998).

Miller e Bradbury (1995) realizaram também uma investigação para examinar se as atribuições que os cônjuges fazem se relacionam com os comportamentos durante interacções com os parceiros. Os autores confirmaram os resultados de Bradbury e Fincham (1992), inclusive o facto de a associação entre atribuições e comportamento ser mais forte nas mulheres do que nos homens.

Bradbury, Beach, Fincham e Nelson (1996) realizaram um estudo¹⁰¹ que lhes permitiu confirmar que as atribuições negativas das esposas co-variam com comportamentos menos positivos e mais negativos em situações de discussão de problemas, tendo, ainda, constatado que: as atribuições estão associadas ao comportamento verbal, mas não ao comportamento não verbal; as atribuições co-variam com comportamentos positivos que reflectem auto-revelação e expressão directa de propostas de soluções positivas para a resolução de problemas, e com aceitação do parceiro e acordo com ele; e que as atribuições estão associadas a soluções negativas e criticismo. Ao contrário dos resultados encontrados na investigação de Bradbury e Fincham (1992), os autores verificaram que as atribuições feitas por cônjuges cujos casamentos eram disfuncionais não estavam nem mais nem menos associadas ao comportamento do que as feitas por cônjuges cujos casamentos eram funcionais. Bradbury *et al* salientam,

¹⁰¹ É de notar que este estudo se limitou apenas à análise de atribuições de responsabilidade.

também, que as associações significativas entre atribuições e comportamento ocorreram apenas nas mulheres, o que pode ser explicado pelo facto - também referido por outros autores, entre os quais, Carels e Baucom (1999) e Fincham e Linfield (1997) - das mulheres, comparativamente com os homens, serem mais atentas aos acontecimentos e circunstâncias do casamento, e terem concepções mais diferenciadas e complexas das relações, enquanto os homens parecem estar mais sujeitos ao fenómeno de “inundação afectiva”.

Têm sido feitos poucos estudos para determinar que factores, para além da satisfação conjugal, são preditores das tendências dos cônjuges para fazer atribuições adequadas ou inadequadas.

Se a relação entre satisfação e atribuições depender de uma outra variável, tal significa que as atribuições, por si, não têm um papel central. Se assim for, então, seria necessário modificar as intervenções clínicas ao nível da conjugalidade que, recentemente, têm sido delineadas com base na centralidade das atribuições (Karney *et al.*, 1994; Karney & Bradbury, 2000). Se tal não se verificar, e se a associação entre atribuições e satisfação é correcta, nesse caso, torna-se premente compreender as características da conjugalidade que aumentam a tendência para atribuições inadequadas, de modo a modificar tais atribuições (Karney *et al.*, 1994).

A centralidade das atribuições é também defendida por Gottman, ao considerar as atribuições como um dos factores que permite prever a insatisfação conjugal, bem como a “cascata” para a ruptura (Gottman & Levenson, 1999; Gottman & Silver, 2000; Lebow, 1999).

Também Baucom *et al.* (1996b) defendem o papel central das atribuições. Estes autores realizaram um estudo onde constataram que quanto maior o número de atribuições focadas na relação, maior é a

insatisfação conjugal. Os autores verificaram, ainda, que os casais atribuíam frequentemente os problemas relacionais a padrões não realizados ao nível do poder, das fronteiras e do investimento na relação.

Uma outra questão que tem sido foco das atenções nos estudos sobre atribuições tem a ver com a existência possível de uma relação causal entre atribuições e satisfação conjugal. Contudo, os dados disponíveis são, por enquanto, limitados e inconclusivos, não permitindo avaliar, de um modo definitivo, a premissa de que existe uma relação de causa das atribuições para a satisfação conjugal (Bradbury & Fincham, 1990; Fincham, Bradbury & Scott, 1990; Fincham & Grych, 1991). Karney e Bradbury (2000, p.295) referem que *“Se as atribuições no casamento não forem constantes, ou se mudarem em função das mudanças na satisfação conjugal, então o papel causal das atribuições que tem sido defendido nas teorias sobre relações deve ser posto em causa”*. Num estudo longitudinal realizado por estes autores (2000), verificou-se que atribuições causais negativas no início do casamento eram preditivas de declínios acentuados na satisfação de ambos os cônjuges, e que, atribuições de responsabilidade negativas no início do casamento eram preditivas de declínios acentuados na satisfação das esposas. Pelo contrário, os níveis iniciais de satisfação não permitiam prever mudanças em nenhum tipo de atribuição em qualquer dos cônjuges. Contudo, num estudo longitudinal realizado por Fincham, Harold e Gano-Philips (2000), verificou-se uma relação causal recíproca entre atribuições causais e satisfação, sendo que as expectativas de eficácia relacional mediatizam tal relação. Estes resultados sugerem, pois, a necessidade de mais estudos que analisem as relações de causalidade entre atribuições e satisfação.

CAPÍTULO 3.

O TEMPO OU PERCURSO DE VIDA

*Na nossa descontinuidade, nesta deriva em que
por vezes nos procuramos
há um fio de Ariane que nos liga para além de
qualquer perda
Quando algum de nós puxa o fio levemente
o outro vem não ante não
refomar o curso interrompido
Em nós o tempo é dimensão suspensa
Intensidade que nos contém e como bolha de ar
nos alimenta
Enquanto hibernamos até ao instante donde
voltaremos
Para fecer no espaço
O fio com que atravessamos a ausência*
Ana Viana, *Mundo Entretecido*

As noções de tempo, processo e mudança são fundamentais para a compreensão da conjugalidade, e, especificamente, para a qualidade da relação conjugal, quer se fale em ajustamento ou funcionalidade, estabilidade, ou satisfação. Ou seja, a temporalidade é essencial para se aceder à compreensão da complexidade dinâmica do sistema familiar (Heaton, 1991; Relvas, 1996; Whitaker & Bumbery, 1990).

Contudo, a maior parte dos estudos revela uma concepção estática da conjugalidade, ignorando o seu carácter processual, ou seja, não contemplando a temporalidade inerente às relações¹. Um outro limite diz respeito ao facto da maioria das conceptualizações sobre o desenvolvimento

¹ Para não sobrecarregar o texto, optamos pela referência dos autores em nota de rodapé: Bouchard et al, 1998; Fincham, Beach & Kemp-Fincham, 1997; Fincham & Bradbury, 1990; Glenn, 1990; Gottman & Krokoff, 1989; Karney & Bradbury, 1997; Vaillant & Vaillant, 1993; Whisman, 1997.

das relações: pressupor um padrão linear de mudança – a passagem progressiva de um estado para outro –, ou seja, uma concepção “desenrolativa” (Pina Prata, 1991) ao invés de um padrão recorrente de mudança cíclica – com avanços e recuos –, ou seja, uma concepção de “desenvolvimento circular evolutivo” (Pina Prata, 1991). A visão linear não permite compreender a complexidade inerente aos padrões relacionais² (Baxter & Montgomery, 1997; Feeney, 1999).

A temporalidade deve ser tomada não como um conceito unitário, mas sim multidimensional, uma vez que incorpora múltiplos aspectos do tempo que podem ter um forte impacto na qualidade/satisfação e estabilidade conjugal. Assim, o momento em que ocorrem os acontecimentos – idade com que as pessoas se casam, diferença de idades entre pais e filhos –, a sequência de acontecimentos normativos e não normativos³ – gravidez e/ou nascimento pré-conjugal, nascimento, crescimento, número e sexo dos filhos, recasamentos com filhos –, o contexto social temporal – ênfase no romantismo e na realização individual, igualitarização do papel da mulher, aumento da esperança de vida, aumento do controlo da natalidade, atitudes liberais face ao comportamento sexual, diminuição das barreiras sociais face ao divórcio, aumento de coabitações, aumento de divórcios, o recasamentos, etc. –, e a duração do casamento, são todos eles, factores que influenciam a conjugabilidade (Heaton, 1991; Heaton & Albrecht, 1991).

Neste trabalho, desenvolveremos apenas a temática relativa à duração do casamento e, embora de um modo mais sucinto, será também referida a influência dos filhos.

² Esta questão foi já desenvolvida no capítulo 1.

³ Os acontecimentos de vida negativos são fortes indutores de stress, podendo afectar negativamente a relação conjugal. Comparativamente com casais não clínicos, aqueles que procuram ajuda terapêutica referem significativamente mais acontecimentos de vida negativos nos três anos que antecedem o início da terapia (Cutrona, 1996).

DeFranck-Lynch (1986; *in* Relvas, 1996) descreve o ciclo vital do casal em três etapas:

- 1 - Estádio de Fusão;
- 2 - Retorno ao “tu” e ao “eu”;
- 3 - Empatia

1 - Estádio de Fusão: é neste estágio, que coincide com os primeiros dez anos de casamento, que ocorre a formação do “nós”; o que implica um grande investimento na relação, e a procura de reequilíbrios nas relações com outros sistemas: rede social, famílias de origem, etc. Por ser um período marcado por mudanças inevitáveis, os três primeiros anos constituem o tempo de maior conflitualidade. Após este período, outras áreas assumem uma maior importância - o nascimento dos filhos; a carreira profissional -, podendo funcionar como um factor distractor da conflitualidade. É por volta dos sete anos de casamento que a fusão é mais definitiva, uma vez que simetrias e complementaridades estão mais definidas, as questões de poder mais resolvidas, e os modos de resolução de conflitos mais estabelecidos.

2 - Retorno ao “tu” e ao “eu”: entre os 10 e os 20 anos de casamento, tempo de crescimento e de maior independência dos filhos, observa-se uma maior consciência e análise individual e da relação, e a tendência para um retorno ao investimento na autonomia e individualidade, o que pode aumentar as ideias de ruptura e/ou o receio da ruptura.

3 - Empatia: o casal está, ou em breve estará, sem os filhos, o que lhes permite um reinvestimento na relação conjugal. Esta etapa coincide também com novas mudanças associadas à velhice: reforma, nascimento dos netos, possibilidade de maior fragilização na saúde física, confronto com

mortes de amigos ou familiares, confronto com a ideia da própria morte ou da do cônjuge, etc...

Se bem que a qualidade conjugal varie ao longo do ciclo de vida, os estudos realizados sobre a influência do tempo – duração do casamento – na satisfação conjugal, têm encontrado resultados pouco consonantes. Assim, enquanto alguns estudos revelam um aumento regular de satisfação ao longo do tempo, outros indicam um declínio depois dos primeiros anos de casamento, e ainda outros constataam um padrão curvilíneo em que a qualidade conjugal se apresenta mais elevada nos primeiros anos de casamento, seguida de um declínio que coincide com o crescimento e adolescência dos filhos e com os anos intermédios de casamento, voltando a aumentar nos últimos anos de casamento, o que coincide com a saída de casa dos filhos⁴. Os estudos que apontam para um padrão curvilíneo, revelam que a qualidade tende a atingir o auge nos primeiros anos de casamento, declinando depois durante 10 a 20 anos, e voltando a aumentar após a meia idade.

Os padrões de mudança na satisfação conjugal parecem também depender dos métodos utilizados na investigação: os estudos transversais revelam frequentemente padrões curvilineares, o mesmo não acontecendo em estudos longitudinais (Feeney, Noller & Ward, 1997; Karney & Bradbury, 1997; Vaillant & Vaillant, 1993).

Num estudo longitudinal realizado por Vaillant e Vaillant (1993), onde se pretendia analisar a satisfação conjugal ao longo de 40 anos de casamento, os autores verificaram que a satisfação permanecia relativamente estável, particularmente a partir dos anos intermédios de

⁴ Dickson, 1997; Feeney, Noller & Ward, 1997; Glenn, 1990; Glenn, 1998; Levenson, Carstensen & Gottman, 1994; Suitor, 1991; Sanders, Nicholson & Floyd, 1997.

casamento. Contudo, quando se pedia aos casais que classificassem retrospectivamente os seus níveis de satisfação conjugal, os resultados apontavam para um padrão curvilíneo.

O declínio tem sido associado ao nível elevado de “namoro” que diminui com o tempo, à mudança dos indivíduos e às incompatibilidades que se tornam mais salientes, e à presença dos filhos (Orbuch, House, Mero & Webster, 1996). Outros autores referem, também, que o início das relações é marcado por uma forte idealização, a qual, progressivamente, dá lugar a um maior realismo. O esforço para aceitar esta realidade mais dolorosa, pode diminuir a satisfação, ou levar mesmo à ruptura, ou, pelo contrário, pode aumentar os níveis de intimidade e de aceitação do cônjuge (Talmadge & Dabbs, 1990). Murray, Holmes e Griffin (1996) verificaram que cônjuges satisfeitos continuam a idealizar os seus parceiros. Também Sprecher (1999) e Sprecher e Metts (1999) verificaram, num estudo com casais de namorados, que os parceiros referiam que, à medida que o tempo passava, o amor, o compromisso e a satisfação eram maiores. A tendência geral para uma forte idealização no início da relação pode, pois, ter duas implicações: ou a elevada idealização e satisfação inicial dá lugar a uma maior vulnerabilidade, à desilusão, e, então, os níveis de declínio são mais acentuados; ou, pelo contrário, a idealização e satisfação constitui uma poderosa fonte motivacional e aumenta a capacidade para manter expectativas positivas, e, assim, o nível de declínio da satisfação conjugal é menos acentuado. Karney & Bradbury (1997) realizaram um estudo longitudinal onde procuraram analisar a trajectória da satisfação conjugal, e constataram que, em casamentos com elevados níveis iniciais de idealização e satisfação, o declínio na satisfação conjugal era muito menor. Os autores verificaram, ainda, que, controlados os níveis de satisfação conjugal inicial, o declínio era significativamente maior em casais que acabavam por chegar à

ruptura. Sprecher (1999), no estudo que acima referimos, encontrou resultados consonantes com os de Karney e Bradbury, na medida em que, os casais de namorados que terminaram a relação, ao serem questionados, referiram uma diminuição acentuada na satisfação e no compromisso no tempo que antecedeu a ruptura. Baseados nos resultados que encontraram, Karney e Bradbury (1997) sugerem um modelo mediacional, de acordo com o qual, os níveis iniciais de satisfação conjugal são, indirectamente, preditores da ruptura conjugal, através da sua associação com os níveis de mudança ao longo do tempo. Assim, casais que iniciam o casamento com baixos níveis de satisfação, experienciam níveis mais acentuados de declínio na satisfação, o que, tendencialmente, pode levar à ruptura.

A presença dos filhos nos anos intermédios de casamento parece afectar a relação devido à sobrecarga de tarefas domésticas e parentais, sobretudo para as mulheres, e devido à diminuição de tempos exclusivos do casal⁵. Feeney, Noller e Ward (1997) constataram que os níveis mais elevados de compatibilidade, intimidade e respeito ocorriam em casais que nunca tinham tido filhos ou que não tinham os filhos em casa. Estes casais atribuíam também uma maior importância à comunicação. O número de filhos estava inversamente relacionado com a compatibilidade, comunicação, respeito e intimidade.

Verifica-se, pois, que os filhos parecem afectar negativamente a interacção e a satisfação conjugal, se bem que, à medida que crescem, tal efeito negativo seja atenuado, transformando-se mesmo num efeito positivo (Lindahl, Malik & Bradbury, 1997; Zuo, 1992). Além do mais, mesmo quando os pais referem declínios na satisfação conjugal após o nascimento dos

⁵ Feeney, Noller & Ward, 1997; Glenn, 1990; Haley, 1986; Lindahl, Malik & Bradbury, 1997; Suitor, 1991; Worthington & Buston, 1986.

filhos, continuam a descrever os efeitos das crianças de um modo positivo (Sanders, Nicholson & Floyd, 1997). Refira-se, ainda, que vários estudos realizados onde se pretendia comparar o percurso da satisfação em casais com filhos e sem filhos, revelam que o declínio na satisfação a partir dos primeiros anos de casamento se encontra igualmente em casais sem filhos (Glenn, 1990; Kurdek, 1993). Também Karney e Bradbury (1997), no estudo longitudinal que realizaram, não encontraram diferenças significativas entre os 17 casais que se tornaram pais pela primeira vez ao longo dos 4 anos em que decorreu a investigação, e os restantes casais (sem filhos)⁶.

Se parece ser verdade que os filhos dificultam, ou, pelo menos, não facilitam a satisfação na vida conjugal, não é menos verdade que estes parecem ter uma forte influência na estabilidade conjugal, dado que tendem a aumentar o compromisso (pessoal e/ou moral e/ou estrutural) conjugal e a diminuir o risco de divórcio⁷.

É, contudo, impossível determinar se as mudanças na satisfação se devem aos efeitos causados pelos filhos, se se devem a mudanças na natureza da própria relação conjugal ao longo do tempo, ou se são causados por outros acontecimentos associados ao desenvolvimento do adulto, tais como, mudanças na carreira profissional (Kurdek, 1993; Sanders, Nicholson & Floyd, 1997; Worthington & Buston, 1986).

Apesar da maior parte da investigação sobre conjugalidade incidir sobre casais mais jovens, sabendo-se ainda pouco sobre a natureza da conjugalidade nas fases mais tardias do ciclo de vida, alguns estudos

⁶ Os autores explicam a diferença entre estes resultados e os encontrados noutras investigações, pelo facto de, em geral, as amostras de tais estudos serem constituídas por mulheres grávidas, o que constitui, possivelmente, um momento de elevada satisfação. Assim, após o nascimento, será compreensível que a satisfação conjugal diminua, retomando os níveis anteriores à gravidez.

⁷ Belsky, 1990; Glenn, 1990; Heaton, 1991; Heaton & Albrecht, 1991; Lindahl, Malik & Bradbury, 1997; Sanders, Nicholson & Floyd, 1997.

realizados descrevem os casais mais velhos como muito felizes, afectivos e emocionalmente próximos (Dickson, 1997; Ishii-Kuntz, M., 1991; Levenson, Carstensen & Gottman, 1994; Orbuch, House, Mero & Webster, 1996). Esta qualidade emocional positiva é consonante com a teoria da selectividade emocional, de acordo com a qual, a partir da adultície, e ao longo da vida, as pessoas vão limitando activamente o seu derredor social, aumentando a proximidade emocional e atribuindo maior importância às relações significativas. Ou seja, à medida que envelhecem, as pessoas tendem a escolher parceiros que lhes permitem experiências emocionais mais positivas e regulam as suas interacções sociais de modo a maximizar os benefícios emocionais. Ao contrário de outros domínios onde o envelhecimento aparece associado a dificuldades e perdas de funcionamento, a área das emoções parece beneficiar com a idade, particularmente no que diz respeito à compreensão e ao controlo emocional. (Dickson, 1997; Levenson, Carstensen & Gottman, 1994; Orbuch, House, Mero & Webster, 1996). Contudo, outros autores referem uma diminuição da capacidade empática - *“capacidade dos indivíduos para avaliar com precisão os estados cognitivos e afectivos dos seus parceiros durante a interacção conjugal quotidiana”* (Thomas, Fletcher & Lange, 1997, p.839) - com o envelhecimento, defendendo um padrão curvilíneo, em que a empatia vai aumentando a partir do início da relação até atingir um pico nos primeiros anos de casamento, e declinando a partir daí. De acordo com estes autores, à medida que aumenta o tempo de casamento, os casais tornam-se menos motivados para resolver as suas disputas, as suas teorias da relação vão-se rigidificando, e tendem a partir do princípio de que sabem o que o parceiro está a pensar. Assim, os casais mais velhos esforçam-se menos cognitivamente em situações interactivas de resolução de problemas, e são menos capazes de detectar e utilizar adequadamente sinais que permitem a

avaliação dos estados cognitivos e afectivos (Thomas, Fletcher & Lange, 1997).

Dickson (1995; *in* Dickson, 1997) realizou um estudo com casais casados há mais de 50 anos, e desenvolveu uma tipologia de casais de idade avançada baseada na qualidade e características das suas narrativas sobre o casamento:

- Casais Ligados;
- Casais Funcionais Separados;
- Casais Disfuncionais Separados.

Casais Ligados - revelavam níveis elevados de satisfação, eram participativos nas narrativas, comunicavam com um elevado grau de cortesia, e mostravam grande respeito e compreensão pelo parceiro. Estes casais tinham em comum quatro características: (1) referiam que, durante o tempo de vida em comum, tinham desenvolvido uma visão familiar mútua, a qual tinha, geralmente, a forma de um plano ou desejo mútuo relativamente ao como gostariam que a sua vida fosse; (2) referiam que o cônjuge era a pessoa mais importante das suas vidas, estando primeiro que qualquer outra actividade, pessoa, ou coisa; (3) tratavam-se um ao outro com respeito, cordialidade, e delicadeza; (4) sabiam gerir de uma forma equilibrada as necessidades de intimidade e distância.

Casais Funcionais Separados - envolviam-se nas narrativas mais individualmente do que enquanto casal, participavam em actividades recreativas separadamente, e comunicavam com grande cordialidade e respeito. Estes casais apresentavam níveis moderados a elevados de satisfação conjugal, embora parecessem negociar níveis confortáveis de intimidade distante nas suas relações.

Casais Disfuncionais Separados – mantinham casamentos insatisfeitos durante mais de 50 anos. Estes casais participavam individualmente nas narrativas, discordavam relativamente a aspectos das histórias que contavam, pareciam ter experiências muito diferentes da conjugalidade, comunicavam entre si de um modo distante e frio, contrariavam-se mutuamente, participavam em actividades recreativas separadamente, e mostravam-se muito tristes ou muito zangados quando discutiam a relação conjugal.

De acordo com Glenn (1998), a maior satisfação dos casais na última etapa do ciclo de vida poderá explicar-se pelo facto da relação ter sobrevivido às duas primeiras décadas (ou mais), ou porque o ninho vazio constitui uma oportunidade de maior proximidade para o casal, ou porque as características relacionais que aumentam com o tempo de casamento – por exemplo, partilha de memórias, conhecimento mútuo –, enriquecem a intimidade conjugal.

Gilford e Bengtson (1979; in Feeney, Noller & Ward, 1997) verificaram que, enquanto casais jovens tendem a apresentar resultados elevados em aspectos positivos e negativos da qualidade conjugal (fontes de satisfação e de insatisfação), em casais mais velhos encontram-se resultados moderadamente elevados em aspectos positivos, e baixos em aspectos negativos. O próprio investimento na relação durante muitos anos, a longa familiaridade e a quantidade e qualidade das experiências partilhadas podem contribuir não só para a estabilidade da relação, como também para o aumento de satisfação conjugal (Heaton & Albrecht, 1991). À medida que os casais criam um mundo partilhado, onde as significações são integradas num todo coerente, a segurança na relação aumenta, uma vez

que os acontecimentos passados são mais facilmente compreendidos, e os futuros mais previsíveis (Veroff & Holberg, 1993).

Também Argyle e Furnham (1983; *in* Feeney, Noller & Ward, 1997) constataram que casais mais jovens apresentam níveis mais baixos de satisfação e níveis mais elevados de conflitos do que casais mais velhos.

Levenson, Carstensen e Gottman (1994) compararam um grupo de casamentos de meia idade (idades entre os 40 e os 50, e tempo médio de casamento de 15 anos) com um grupo de casamentos de maior duração (idades entre os 60 e os 70, e tempo superior ou igual a 35 anos). Neste estudo, os autores verificaram que os casais mais velhos referiam menos conflito e maior prazer na relação associado a um maior leque de actividades. Contudo, curiosamente, estes casais classificavam a comunicação como sendo a principal fonte de conflito, enquanto para os casais mais novos o conflito tinha origem sobretudo em questões relativas aos filhos. Os autores verificaram também que, em situações de resolução de conflitos, os casais de idades mais avançadas, comparativamente com casais de meia idade, tendiam a expressar menos afectividade negativa e mais afecto positivo. No entanto, a maior positividade ou negatividade da afectividade dependia da importância do assunto em discussão: quando as questões eram relevantes para o casal, a afectividade negativa aumentava (Dickson, 1997; Koski & Shaver, 1997; Levenson, Carstensen & Gottman, 1994).

Num estudo transversal realizado por Feeney, Noller e Ward (1997), onde os autores testaram a validade do modelo de Lewis e Spanier⁸ (1979; in Feeney, Noller & Ward, 1997), tendo utilizado e revisto a Dyadic Interaction Scale, verificou-se o padrão curvilíneo relativamente ao tempo de casamento no que diz respeito à compatibilidade (ir de encontro às expectativas do parceiro, ver o mundo de um modo semelhante, compreender o outro), atracção (compatibilidade sexual, satisfação sexual, amor profundo), intimidade (partilha de atitudes, sentimentos e ideias) e respeito (igualdade, promover o crescimento, flexibilidade). Tal padrão curvilíneo não se encontrava ao nível da qualidade da comunicação, sugerindo que os padrões de comunicação tendem a ser estáveis ao longo do tempo, desde que não exista qualquer tipo de intervenção, o que é, aliás, consonante com os resultados de estudos realizados por Gottman (Gottman e Levenson, 1999; Gottman & Silver, 2000).

Gottman e Levenson (1999) realizaram uma investigação longitudinal durante 4 anos - a qual incluía casais em diversos pontos do percurso de vida -, e encontraram uma estabilidade considerável na afectividade geral, na quantidade de afecto positivo e negativo, e nos afectos específicos em situações de interacção. Os afectos positivos e negativos das esposas em situações de conflito conjugal eram significativamente mais estáveis do que os dos maridos. Relativamente aos afectos específicos em situações de

⁸ A partir de uma revisão da investigação sobre os preditores da qualidade conjugal, Lewis & Spanier (1979, 1980 in Feeney, Noller & Ward, 1997) desenvolveram um modelo de qualidade conjugal que enfatizava três conjuntos principais de variáveis como preditoras da qualidade conjugal: recursos pessoais e sociais - recursos que cada um dos cônjuges traz para o casamento, tais como auto-estima, saúde física e mental, capacidades, etc.; satisfação com o estilo de vida - inclui a composição do agregado familiar, a satisfação com o trabalho da esposa, a rede de apoio de amigos e familiares, etc.; recompensas que decorrem da interacção conjugal - onde se considerava o desempenho de papéis (partilha e complementaridade de papéis), a eficácia da comunicação (auto-revelação, empatia, precisão da comunicação não verbal), a quantidade de interacção (partilha de actividades, resolução eficaz de problemas), a gratificação emocional (expressão de amor e de afecto, interdependência emocional) e a percepção positiva do cônjuge (similitude percebida, atractividade, facilidade de comunicação).

interacção, os comportamentos de domínio, menosprezo, agressividade e tensão/medo eram particularmente estáveis nos homens, mas não nas mulheres, enquanto o choro e o queixume eram particularmente estáveis nas mulheres, mas não nos homens. Os comportamentos de defesa, a escuta activa e o humor eram estáveis, quer em homens, quer em mulheres. Os autores constataram, também, que qualquer que fosse o ponto do tempo, ao longo dos 4 anos, os problemas centrais continuavam a ser os mesmos, não se registando resoluções significativas, como se de “questões perpétuas” se tratassem. Estas questões tinham a ver, geralmente, com diferenças fundamentais entre os cônjuges. Gottman verificou que, ao longo do tempo, predominavam as mesmas questões nas discussões dos casais, enquanto novas questões surgiam com muito menos frequência. Os autores concluem, pois, que *“as pessoas tendem a falar do mesmo modo (com os mesmos padrões de interacção) dos mesmos tipos de questões conjugais”* (Gottman & Levenson, 1999, p.163). A diferença estava no facto de que, enquanto alguns casais pareciam quase sempre divertidos com estas questões redundantes não resolvidas, e mostravam níveis elevados de escuta activa, riso, e afecto positivo, outros reagiam, o mais das vezes, com mágoa, tristeza, agressividade, e menosprezo, e sem mostrar afecto positivo e sentido de humor.

CAPÍTULO 4.

FACTORES CENTRÍFUGOS

Paolo Farina era um homem da provincia ainda novo, bastante rico, tão honesto quanto se pode esperar de quem vive na intimidade da Lei, suficientemente considerado na sua vilória toscana para que o seu próprio infortúnio não o tornasse alvo de desprezo (...). Quando ela partiu, depois de uma cena que o deixou humilhado perante as duas criadas, espantou-se por não ter sabido fazer-se amar. Mas as opiniões dos vizinhos tranquilizaram-no, considerou-a culpada, já que a vilória se compadecia dele. A fuga de Angiola foi levada à conta do seu sangue meridional, pois sabiam a jovem natural da Sicília; todavia, indignavam-se que ela se tivesse aviltado tanto uma pessoa que devia ser de boas famílias, já que tivera a sorte de ser educada em Flórença, no Convento das Senhoras Nobres (...). Todos estavam de acordo que Paolo Farina mostrara ser em tudo um marido perfeito (...).

Marguerite Yourcenar, *Testemunho do Sonho*

Como já referimos, consideramos que os factores centrífugos, muito embora condicionem a relação e a afectem, são aqueles cujas raízes não são o subsistema ou *holon* relacional em si mesmo, mas sim outros sistemas/ *holons* que com este estão em intersecção ou em interface. Assim,

nos factores centrífugos, distinguimos factores contextuais – onde destacamos a rede social, a família de origem e o trabalho profissional –, pessoais – características da personalidade, motivação para a relação, e padrões de vinculação¹ –, e demográficos – idade, género sexual, classe social, formação cultural, estatuto económico, profissão, etc..

Uma vez que os factores centrípetos têm uma relação indirecta com os objectivos do nosso estudo, optamos por elaborar apenas uma breve síntese de alguns destes factores.²

4.1 Factores Contextuais

4.1.1. Rede Social

Quando duas pessoas decidem casar, adoptam também a rede social do parceiro, a qual parece ter uma forte influência no casal, e na sua satisfação, uma vez que propiciam gratificações emocionais individuais fora da relação conjugal, favorecem a independência de cada cônjuge relativamente ao parceiro, e se desenvolvem alianças que competem com os laços conjugais (Julien *et al*, 2000).

A aprovação e o apoio da rede social, particularmente dos pais e dos amigos, parece influenciar positivamente o desenvolvimento das relações amorosas, assim como a oposição da rede social parece afectar

¹ Os padrões de vinculação não serão, aqui, abordados, uma vez que este tema foi desenvolvido a propósito das teorias da vinculação amorosa, no capítulo 2.1.1.1.1.

² O género sexual, relativo aos factores demográficos, é desenvolvido, ao longo de todos os capítulos de síntese teórica, integradamente com os demais factores.

negativamente a relação. A qualidade da relação, o envolvimento romântico, o compromisso pessoal, os sentimentos de vinculação, bem como a construção da identidade do casal - o absoluto do casal (Caillé, 1991), o “nós” (Satir, 1972) -, são facilitados pela percepção que a rede social significativa tem da relação³. Lewis (1973; *in* Sprecher & Felmlee, 1992), num estudo longitudinal, constatou que jovens adultos que referiam mais apoio da rede social num Tempo 1, apresentavam níveis mais elevados de compromisso num Tempo 2. Também Sprecher (1988; *in* Sprecher & Felmlee, 1992) verificou que o apoio da família e dos amigos era um preditor positivo de compromisso em casais de namorados, coabitantes e casados formalmente. Parks *et al* (1983; *in* Sprecher & Felmlee, 1992) e Eggert e Parks (1987; *in* Sprecher & Felmlee, 1992) encontraram uma associação positiva entre o apoio da rede social nas relações de namoro e o envolvimento romântico na relação. Num estudo longitudinal realizado por Sprecher e Felmlee (1992), constatou-se que o apoio percebido na rede social de um indivíduo parece ter uma influência maior na satisfação, amor e compromisso do que o apoio percebido na rede social do parceiro. Os autores constataram também que o apoio social num determinado ponto do tempo era um preditor significativo de percepções de qualidade da relação num período superior a 18 meses. Verificaram, ainda, que as flutuações do apoio da rede social ao longo do tempo estavam fortemente associadas a flutuações nos níveis de amor, satisfação e compromisso. Neste estudo, os autores encontraram algumas diferenças de género: os resultados indicaram que, quanto maior era o apoio que as mulheres recebiam da sua própria rede social, mais estável era a relação, ou seja, quanto menor o apoio que as mulheres recebiam da sua

³ Para não sobrecarregar o texto, optamos pela referência dos autores em nota de rodapé: Cate & Lloyd, 1992; Jones, 1999; Julien *et al*, 1994; Julien *et al*, 2000; Markman *et al*, 1994; Sprecher & Felmlee, 1992.

própria rede social, maior era a tendência para a ruptura da relação, e mais depressa tal ruptura acontecia. O apoio da rede social dos homens não tinha efeitos significativos na taxa de rupturas. Estas diferenças de género podem ser explicadas pela característica de orientação para a relação mais marcada no género feminino, e também pelo facto da rede social das mulheres ser mais activa no controlo das suas relações românticas (Julien *et al*, 1994; Sprecher & Felmlee, 1992).

A forte associação entre apoio e aprovação da rede social e qualidade da relação pode ser explicada pelo princípio da transitividade decorrente da teoria do equilíbrio (Heider, 1946; *in* Sprecher & Felmlee, 1992), de acordo com o qual, se *A* gosta de *B*, e *B* gosta de *C*, então *A* virá a gostar de *C*. De acordo com esta teoria, as relações transitivas são relativamente estáveis e satisfatórias, enquanto as relações intransitivas são insatisfeitas. Assim, os indivíduos que percebem a rede social como apoiando a relação, tendem a experienciar maior equilíbrio cognitivo e mais atracção pelo parceiro, comparativamente com as pessoas que sentem ou percebem oposição à relação por parte da rede social. Outra explicação prende-se com o facto da aprovação social desempenhar uma papel importante na redução da incerteza relativamente ao parceiro e à relação, confirmando-os como uma “boa escolha” (Sprecher & Felmlee, 1992). Além do mais, como já foi referido a propósito do compromisso, o apoio e a aprovação social podem ter uma função relevante ao nível do compromisso estrutural, constituindo uma barreira que instiga a manutenção da relação⁴.

Para além da percepção positiva ou negativa que a rede social tem da relação, o número de amigos em comum e o gostar da rede social do parceiro

⁴ Adams & Jones, 1997; Berscheid & Lopes, 1997; Clements *et al*, 1997; Drigotas & Rusbult, 1992; Forste & Tanfer, 1996; Nock, 1995; Stanley & Markman, 1992.

também influenciam as relações amorosas (Markman *et al*, 1992; Sprecher & Felmlee, 1992). Os cônjuges que partilham a mesma rede social parecem estar mais satisfeitos com o casamento. Quando alguém é amigo de um dos cônjuges, mas não do outro, podem estabelecer-se alianças que prejudicam os laços conjugais (Julien *et al*, 1994). Também o estatuto conjugal dos amigos influencia o casamento. Casais amigos satisfeitos podem ajudar os cônjuges a ultrapassar situações de crise, enquanto casais amigos insatisfeitos ou divorciados parecem catalisar sentimentos de insatisfação conjugal ao transmitirem os seus próprios problemas e ressentimentos (Julien *et al*, 1994).

A investigação sobre apoio social tem revelado que, muito antes de procurarem ajuda terapêutica, as pessoas utilizam a rede social para conversarem sobre os seus problemas conjugais, e encontrarem soluções. Os conflitos conjugais são um tema recorrente nas conversas entre amigos. Estas conversas entre um cônjuge e o seu amigo, permitem que aquele “*construa e reconstrua as suas percepções, crenças, interpretações, raciocínios, e soluções relativamente às dificuldades conjugais*”⁵ (Julien *et al*, 2000, p.287).

De acordo com Milano e Lewis (1985; *in* Julien *et al*, 2000), é possível distinguir duas dimensões na influência exercida por amigos relativamente à conjugalidade: uma *dimensão de apoio* em que os amigos contribuem para uma visão satisfatória da relação conjugal; e uma *dimensão*

⁵ Saliente-se que os estudos realizados têm demonstrado que os casais insatisfeitos, comparativamente com os satisfeitos, parecem ter maior necessidade de conversar com os amigos sobre os seus problemas conjugais. Verifica-se também que estes confidentes, comparativamente com os confidentes de cônjuges satisfeitos, são mais frequentemente pessoas divorciadas ou separadas, ou insatisfeitas com a sua própria relação conjugal.

de interferência em que os amigos provocam efeitos negativos no casamento⁶.

Num estudo realizado por Julien *et al* (2000) onde se analisaram conversas de pessoas casadas com o melhor amigo sobre dificuldades conjugais, constatou-se que a *dimensão apoio* era significativamente maior nas díades cônjuge satisfeito/amigo, comparativamente com as díades cônjuge insatisfeito/amigo, verificando-se uma maior eficácia na construção de visões positivas em situações de conflitos conjugais, e sendo os amigos particularmente importantes na reconstrução ou manutenção de uma imagem de bom casamento.

4.1.2. Família de Origem

Relativamente à influência da família de origem, Haley afirma, numa imagem humorística, que *“uma diferença crucial entre os Homens e todos os outros animais é o facto do Homem ser o único animal com família alargada”* (Haley, 1986, p.45), pretendendo enfatizar a ideia de que o casamento não se limita à união de duas pessoas, sendo, isso sim, a união de duas famílias que influenciam e criam uma rede relacional complexa. Também McGoldrick e Carter enfatizam humoristicamente a importância da família de origem na formação do casal ao afirmar que no leito conjugal não existem dois indivíduos, mas sim seis: o casal e os quatro respectivos pais (McGoldrick & Carter, 1989).

⁶ De notar que este modelo de apoio e interferência tem subjacente uma perspectiva sistémica interactiva, uma vez que sugere que o cônjuge, ao falar positiva ou negativamente do seu casamento, condiciona a influência do amigo - de apoio ou de interferência (Julien *et al*, 2000).

Whitaker salienta o papel da família de origem enquanto contexto de aprendizagem da dinâmica pertença/individuação, enquanto factor interveniente na escolha do parceiro, potencializando a procura da continuidade e/ou da diferença, e enquanto factor que influencia o desenvolvimento da conjugalidade (Whitaker, 1989; Neill & Kniskern, 1982). Este autor afirma que *“é ilusório pensar que o homem e a mulher são duas pessoas independentes que se juntaram para formar uma união perfeita. São simplesmente bodes expiatórios enviados pelas suas famílias para reproduzirem a sua maneira de ser”* (1981; in Ribeiro, Sampaio & Amaral, 1991, p.71).

Cada elemento do casal vivenciou, no largo período de tempo que antecedeu o casamento, uma história pessoal, onde se inclui, regra geral, uma história de família. A dinâmica da família de origem – padrões de comunicação, regras, papéis, clima afectivo, etc. – influenciam o desenvolvimento e funcionamento individual, e modelam as teorias implícitas sobre o si, sobre os outros, sobre as relações, ou seja, influenciam a filosofia de vida pessoal, o que, inevitavelmente, se reflectirá nas mais diversas relações interpessoais exteriores à família. A intimidade conjugal é disso um exemplo, uma vez que parece ser muito influenciada pelas vivências de cada cônjuge nas suas respectivas famílias; nomeadamente, pelo nível de intimidade que observaram na relação dos seus pais (Larson, Peterson, Heath & Birch, 2000; Relvas, 1996; Whitaker & Bumberry, 1990). A felicidade do casamento dos pais, a forte vinculação a pais e irmãos, o nível baixo de conflito com os pais na infância, e a disciplina firme são factores associados a um maior ajustamento conjugal (Cate & Lloyd, 1992; Relvas, 1996).

A própria escolha do parceiro pode ser influenciada pela família de origem, como também referem Skynner e Cleese (1990, p.21) no seguinte diálogo: “*«Queres tu dizer que levamos as nossas famílias dentro de nós, e emitimos sinais que permitem sermos reconhecidos por outros com antecedentes semelhantes?» «E juntando-nos a tais pessoas, de certa forma recriamos as nossas famílias de novo. É surpreendente, não é verdade?»*”.

Também o desenvolvimento das relações amorosas parece ser positivamente influenciado pela aprovação da família de origem (Cate & Lloyd, 1992; Julien *et al*, 1994; Sprecher & Felmlee, 1992).

Contudo, tal como afirma Sampaio (1991; cit. Ribeiro, Sampaio & Amaral, 1991, p.71), “*Mas o casamento não pode avançar se cada elemento permanece demasiado preso a esse legado familiar, como acontece a certas pessoas (...) cada cônjuge, na fase inicial da sua relação marital, procurará criar uma interacção com o companheiro que lhe permita construir um espaço e uma identidade comum, base emocional de uma nova família*”. Torna-se fundamental que o casal negocie novas relações a dois com a família alargada e também com os amigos. Este processo não é isento de conflitos, o que, de acordo com McGoldrick e Carter (1989), é um sinal positivo, uma vez que revela o esforço do casal para delinear fronteiras e encontrar novos equilíbrios entre autonomia e pertença relativamente aos seus familiares. Tal como refere Whitaker, “*É apenas quando você é livre para não pertencer, que juntar-se a alguém tem algum sentido*” (Whitaker & Bumberry, 1990, p.138). Mas, como refere Relvas (1996), o sentimento de pertença a um novo grupo não implica a desvinculação total do anterior grupo de pertença.

4.1.3. Trabalho Profissional

O trabalho profissional tem também uma forte influência nas relações familiares e conjugais, particularmente, ao nível do desempenho de papéis familiares, tempos livres familiares, conjugais e individuais, e conflitos (Glenn, 1991; Horwitz, White & Howell-White, 1996; Leslie & Anderson, 1992; Piotrowski, Rapoport & Rapoport, 1987).

Se é verdade que a distância entre as posições sociais de homens e mulheres é, hoje em dia, menor, e que a actividade profissional feminina é, actualmente, socialmente reconhecida, fazendo parte da identidade feminina, não é, contudo, menos realidade que *“o pólo doméstico continua a ser uma prioridade mais marcante no feminino do que no masculino e o pólo profissional uma prioridade mais masculina do que feminina”* (Lipovetsky, 1997, p.240). Estes pólos estão muito menos separados nos homens do que nas mulheres⁷, e a sua conciliação, nestas últimas, é, frequentemente, fonte de culpabilidade e de insatisfação (Lipovetsky, 1997).

O conflito de papéis profissionais e familiares está associado a insatisfação profissional, diminuição da satisfação com a vida, sintomas físicos e psicológicos, e diminuição da satisfação conjugal e familiar. Contudo, estes papéis não têm necessariamente de estar em conflito. Pelo contrário, quando as pessoas têm deles uma percepção positiva, tendem a aumentar a satisfação profissional e familiar (Thompson, 1997).

⁷ A este propósito, diz Lipovetsky (1997, p. 238): *“De uma forma geral, a realização profissional do homem é considerada prioritária em relação à da mulher. Cabe a esta abandonar a sua profissão se a carreira do marido o exigir. No caso em que o trabalho da mulher entra em concorrência com o do marido, a opinião vigente é a de que a prioridade deve ser dada a este. Devido aos encargos familiares de que estão incumbidas, as mulheres estão profissionalmente menos disponíveis e têm menos mobilidade do que os homens; elas saem menos frequentemente do seu domicílio por razões profissionais do que os homens e trabalham mais perto dele do que o seu cônjuge. Quando os filhos estão doentes, são maioritariamente as mães que assumem os cuidados. Pelas mesmas razões, as mulheres que desejam um emprego a tempo parcial são muito mais numerosas do que os homens: oito em cada dez vezes estes postos de trabalho são ocupados por uma mulher.”*

As investigações realizadas sobre a relação entre trabalho e satisfação conjugal e familiar não apresentam resultados muito consistentes. Algumas investigações não mostram relações significativas entre o emprego das mulheres e ajustamento e satisfação conjugal, havendo apenas uma redistribuição das tarefas domésticas com maior participação do cônjuge e, frequentemente, do filho mais velho, e com menos investimento em termos de tempo por parte das mulheres nessas mesmas tarefas (Almeida, Maggs & Galambos, 1993; Lipovetsky, 1997; Piotrowski, Rapoport & Rapoport, 1987; Pittman & Blanchard, 1996).

Em várias investigações, os resultados mostraram que as mulheres empregadas e os maridos de mulheres empregadas, comparativamente com casais cujas mulheres não estavam empregadas, apresentavam níveis mais elevados de stress e referiam menor satisfação conjugal (Leslie & Anderson, 1988). Alguns estudos encontram mesmo uma relação positiva entre emprego das mulheres, bem estar e divórcio. No entanto, tal relação parece advir não do facto de estar empregada, mas sim do número de horas que a esposa passa no trabalho (Leslie & Anderson, 1988; White, 1990). Também o número de horas que os homens dedicam ao trabalho profissional parece ser fonte de conflito e insatisfação (Kluwer, Heesink & Van de Vliert, 1996). Outras investigações encontraram, pelo contrário, associações significativas entre o emprego das mulheres e o ajustamento conjugal, a redução da instabilidade conjugal, a solidariedade conjugal, e, sobretudo, entre satisfação conjugal e a atitude apoiante do marido relativamente ao emprego da esposa (Glenn, 1990; Leslie & Anderson, 1988; White, 1990).

Vários estudos indicam que a satisfação dos homens com o trabalho parece estar positivamente associada com a satisfação conjugal, enquanto a

satisfação das mulheres com o trabalho parece não estar significativamente relacionada com a satisfação conjugal (Glenn, 1990; Piotrowski, Rapoport & Rapoport, 1987).

4.2. Factores pessoais

4.2.1. Características da personalidade

Os primeiros estudos que pretendiam explicar a mudança conjugal eram guiados por modelos intrapessoais que consideravam que as respostas dos indivíduos a estímulos sociais relevantes eram fortemente determinados por características estáveis da personalidade.

De acordo com o paradigma sistémico, e tal como é explicitado por Morin (1994), o todo exerce influência sobre as partes, bem como estas afectam o todo. Assim, naturalmente, num contexto conjugal, as características de personalidade dos cônjuges influenciam o comportamento de cada um face ao outro e, conseqüentemente, a satisfação conjugal (Blais, *et al*, 1990; Kurney & Bradbury, 1997).

Estudos que analisaram disposições da personalidade, tais como empatia, competência relacional e estilo social cognitivo, revelaram ligações entre personalidade, comportamento social e satisfação conjugal, ou seja, mostraram que algumas variáveis de personalidade influenciam os comportamentos sociais, os quais, por sua vez, têm uma influência directa nas relações amorosas e na satisfação conjugal (Blais *et al*, 1990).

De acordo com Dion e Dion (1988), o amor tem significados distintos para diferentes pessoas, os quais dependem de diferenças cruciais na personalidade. Algumas dimensões da personalidade facilitam o desenvolvimento da intimidade - característica central do amor -, enquanto outras a inibem. Dion e Dion realizaram alguns estudos para investigar a relação entre amor romântico e algumas características da personalidade: *locus* de controlo, auto-estima e autodefesa e auto-realização.

De acordo com Julian Rotter (1966; *in* Dion & Dion, 1988), psicólogo clínico e da personalidade que identificou o conceito de *locus* de controlo, as pessoas podem ter um *locus* de controlo interno ou externo. Os indivíduos com *locus* de controlo interno tendem a perceber os acontecimentos que os afectam como estando sob o seu próprio controlo, enquanto os indivíduos com *locus* de controlo externo acreditam que não têm controlo pessoal sobre os acontecimentos, e que estes se devem a factores como sorte, destino, ou ao poder dos outros. Nos estudos que realizaram, Dion e Dion constataram que os indivíduos externos tendiam mais do que os internos a assumir terem vivido situações de amor apaixonado ou romântico. Como este amor é, na cultura ocidental, retratado como uma força externa intensa, misteriosa, idealizada e volátil, e, portanto, fora do controlo pessoal, parece natural que os indivíduos internos sejam mais resistentes a assumir a vivência de tais situações amorosas; os internos descreviam as experiências de amor com maior racionalidade, opunham-se mais a uma visão idealizada e romântica do amor, e tendiam a ser menos voláteis que os externos.

Relativamente à auto-estima e autodefesa, Dion e Dion verificaram, nos estudos que realizaram, que os indivíduos com elevada auto-estima, mas baixa autodefesa (ou seja, não defensivos, que se aceitam a si mesmos) referiam experiências mais frequentes de amor romântico. Os indivíduos

com baixa auto-estima referiam experiências mais intensas de amor romântico, descreviam-se a si mesmos como menos racionais, expressavam mais atitudes de amor e de gostar pelos seus parceiros, confiavam mais neles, e avaliavam-nos mais positivamente do que aqueles que tinham uma elevada auto-estima. De acordo com Dion e Dion, os indivíduos com baixa auto-estima têm menos sucesso no envolvimento em relações amorosas, e vivem mais situações de amor não correspondido, porque têm menos competências sociais. Contudo, uma vez estabelecida a relação amorosa, os que têm uma auto-estima mais baixa tendem a apreciar mais a relação e os seus parceiros do que os que têm uma auto-estima mais elevada, até porque necessitam mais de afecto e dependem mais dos outros para a sua própria aceitação. Relativamente à autodefesa, as pessoas mais defensivas tendem a evitar relações íntimas para proteger a vulnerabilidade da sua auto-imagem.

Dion e Dion verificaram ainda que indivíduos com elevada auto-realização referiam experiências amorosas mais satisfatórias, descreviam a experiência de amor como menos ameaçadora e mais intensa, e mostravam-se menos idealistas e mais pragmáticos nas suas atitudes face ao amor do que indivíduos com baixa auto-realização.

Os autores concluem, pois, que o controlo interno e a autodefesa são dimensões da personalidade que parecem ser caracterizadas por aversão ou ambivalência relativamente à dependência dos outros. À medida que a relação se vai desenvolvendo, a interdependência e a vulnerabilidade emocional tendem a aumentar, o que é sentido como ameaçador por indivíduos que pretendem controlar pessoalmente os acontecimentos e que evitam situações de proximidade interpessoal. Uma auto-estima elevada genuína com baixa autodefesa e uma elevada auto-realização propiciam

experiências de amor menos intensas mas mais satisfatórias (Dion & Dion, 1988).

A variável intrapessoal mais estudada nas investigações sobre conjugalidade tem sido o neuroticismo - definido como a tendência para referir desconforto e insatisfação ao longo do tempo independentemente da situação (Karney & Bradbury, 1997). De acordo com Kelly & Conley (1987; *in* Karney & Bradbury, 1997), a impulsividade dos maridos e o neuroticismo de ambos os cônjuges são os principais preditores de instabilidade e insatisfação conjugal. Também outros autores referem que níveis elevados de neuroticismo estão sempre associados a pouca satisfação conjugal e taxas mais elevadas de ruptura conjugal (Cutrona, 1996; Karney & Bradbury, 1997; Kurdeck, 1993). Num estudo longitudinal - com casais recém casados acompanhados durante 4 anos - realizado por Karney & Bradbury (1997), verificou-se que o neuroticismo estava fortemente associado ao nível inicial de satisfação conjugal - sendo que casais com elevados níveis de neuroticismo referiam menor satisfação conjugal -, mas não às mudanças no nível de satisfação ao longo do tempo.

Com o objectivo de analisar a relação entre características da personalidade e satisfação conjugal, têm sido realizados vários estudos com base no Modelo dos Cinco Factores de Personalidade (Norman, 1963; Goldberg, 1981; *in* Shackelford & Buss, 1997) de acordo com o qual são cinco as dimensões nodais que permitem distinguir diferenças individuais de personalidade: dominância (dominante, extrovertido vs. submisso, introvertido); simpatia (afectuoso, confiante vs. frio, desconfiado); responsabilidade (confiável, organizado vs. não confiável, desorganizado); estabilidade emocional (seguro, equilibrado vs. nervoso, temperamental);

franqueza/inteligência (perspicaz, curioso vs. não perspicaz, não curioso).

Os estudos realizados parecem indicar que:

- Homens e mulheres casados com cônjuges simpáticos, responsáveis e emocionalmente estáveis são mais felizes no casamento;
- O preditor mais consistente de insatisfação conjugal para homens e mulheres é a baixa estabilidade emocional do cônjuge;
- O maior preditor da satisfação conjugal do homem é o grau de responsabilidade da sua esposa. As mulheres com baixa responsabilidade tendem, mais do que as mulheres com elevada responsabilidade, a ser sexualmente infiéis aos seus maridos;
- Os maiores preditores da satisfação conjugal das mulheres são a simpatia e a estabilidade emocional do cônjuge. Homens antipáticos e emocionalmente instáveis tendem, mais do que homens simpáticos e emocionalmente estáveis, a ser violentos com as esposas.

Shackelford e Buss (1997) e Regan e Sprecher (1995) referem que homens e mulheres valorizam, nos parceiros, sobretudo a inteligência, a amabilidade, e o serem confiáveis. Contudo, parecem existir diferenças de género relativamente às características mais valorizadas. Assim, as mulheres, mais do que os homens, valorizam no parceiro a ambição, a capacidade de trabalho, a capacidade de ganhar dinheiro e a posição social⁸, enquanto os homens, mais do que as mulheres, valorizam a juventude e a beleza física. Shackelford e Buss (1997, p.21) verificaram que quanto maior

⁸ O sentido de humor parece também constituir um forte factor de atracção. Leia-se, em Lipovetsky (1997, p. 50): “Antigamente, para fazer a corte, o homem devia mostrar-se apaixonado e falar de amor: o humor adquiriu maior eficácia sedutora do que as hipérboles do coração. A partir dos anos 60, as sondagens têm vindo a revelar a importância atribuída pelas mulheres ao «sentido de humor» do seu parceiro. Trinta anos mais tarde, essa tendência confirma-se: entre as qualidades que as mulheres mais admiram num homem, o humor ocupa um lugar de destaque. (...) Na promoção do humor, há mais do que a valorização da descontração divertida, existe o desejo feminino de relações menos convencionais e mais livres, de relações mais cúmplices com os homens.”

a discrepância entre os cônjuges relativamente à valorização do parceiro – “quando um dos cônjuges é muito mais valorizável ou muito menos valorizável do que o outro enquanto parceiro potencial no «mercado conjugal»” –, menor é a satisfação conjugal dos homens, mas não a das mulheres.

Os autores referem que também as estratégias utilizadas pelos cônjuges para “conservarem” o parceiro estão relacionadas com a satisfação conjugal: a monopolização do tempo do parceiro, ameaças de infidelidade, punições ou ameaças de punições face à infidelidade conjugal e manipulação emocional são estratégias catalisadoras de insatisfação em homens e mulheres. As mulheres casadas com homens que utilizam a expressão de amor e carinho como estratégia de “conservação” da parceira, estão mais satisfeitas com o casamento do que as mulheres casadas com homens que não utilizam esta estratégia.

Shackelford e Buss (1997) assinalam, também, que, em termos de comportamento, o principal preditor de insatisfação das mulheres é o uso de violência pelos maridos, enquanto para estes, o principal preditor de insatisfação parece ser a insatisfação das esposas.

4.2.2. Motivação para a Relação

Alguns estudos têm mostrado que a motivação pode influenciar a escolha de um determinado parceiro; a qualidade dos comportamentos relacionais quotidianos, e o desenvolvimento ou ruptura das relações (Blais *et al*, 1990).

Entre as diferentes abordagens motivacionais, a conceptualização de motivação intrínseca-extrínseca tem-se revelado útil na compreensão da

satisfação conjugal. A motivação intrínseca corresponde à situação em que o envolvimento numa determinada actividade é, por si mesmo, gerador de satisfação. Numa relação conjugal, um indivíduo intrinsecamente motivado mantém a relação pela satisfação que esta lhe proporciona através da presença do parceiro e das actividades conjugais⁹. A motivação extrínseca corresponde a situações em que o envolvimento em determinadas actividades não é um fim em si mesmo, mas apenas um meio ou recurso para alcançar determinados objectivos, chegar a determinadas consequências positivas ou evitar consequências negativas¹⁰. Num contexto de conjugalidade, para um indivíduo extrinsecamente motivado, a manutenção da relação seria um meio para chegar a determinado fim. Estudos de Seligman *et al* (1980; *in* Blais *et al*, 1990) e Rempel *et al* (1985; *in* Blais *et al*, 1990) revelaram que casais intrinsecamente motivados referem mais sentimentos de amor e crença na relação do que casais extrinsecamente motivados.

Deci e Ryan (1985; *in* Blais *et al*, 1990) reformularam a tradicional perspectiva dicotómica de motivação em que a motivação intrínseca aparece mais relacionada com consequências positivas e a motivação extrínseca com consequências negativas. Na sua reformulação, estes autores distinguem diferentes tipos de motivação extrínseca que correspondem a diferentes níveis de autodeterminação/autonomia, e propõem também o conceito de “amotivação”.

O nível mais baixo de autodeterminação seria o de *amotivação* em que não existe qualquer intenção de acção. Seria, num contexto conjugal, o caso da pessoa que não sabe porque se mantém numa relação apesar de

⁹ Nas relações onde existe compromisso pessoal, é a motivação intrínseca que predomina.

¹⁰ Nas relações onde o compromisso é meramente estrutural ou moral, predomina a motivação extrínseca.

sentir que não existe qualquer possibilidade de se alterar a qualidade da relação.

O segundo nível - *regulação externa* - corresponde à visão tradicional de motivação extrínseca em que a pessoa se envolve em determinadas actividades como um meio para obter determinadas recompensas ou evitar determinadas punições. Num contexto de conjugabilidade, teríamos como exemplo, a pessoa que mantém a relação pelo facto do casamento lhe proporcionar segurança ou bem estar económico.

O nível seguinte seria o de *regulação interiorizada* que se refere ao primeiro nível de auto-regulação interna em que os comportamentos são iniciados e regulados por imperativos controlados internamente. Seria o caso de uma pessoa que mantém uma relação por se sentir culpada por romper a relação.

O terceiro nível - *regulação por identificação* - em que a fonte de regulação provém do facto da pessoa valorizar ou se identificar com a actividade em que está envolvida. Seria o caso da pessoa que mantém o casamento por tal ser consonante com uma valorização do conceito de família estável.

O nível mais elevado de autodeterminação é o de *regulação integrada* em que o indivíduo não só se identifica com a actividade em que está envolvido, mas integra-a no quadro global da sua vida, uma vez que tal actividade lhe confere sentido e significado. É o caso da pessoa que mantém uma relação porque esta lhe dá satisfação, fazendo parte de um contexto de vida que deseja.

Vários estudos têm revelado que, quanto mais elevado o nível de auto-regulação, maior a qualidade das experiências e maior a persistência na actividade na ausência de contingências externas. Quando os

comportamentos relacionais são auto-regulados, os parceiros tendem a ver os problemas mais como desafios do que como desastres relacionais e sentem-se menos insatisfeitos perante acontecimentos relacionais negativos. Nos níveis de *amotivação*, regulação externa e regulação interiorizada, os casais são motivados por pressões externas ou internas, o que leva à ocorrência de mais conflitos e maior experiência de tensão e ansiedade. (Blais *et al*, 1990).

CAPÍTULO 5.

PONTOS NODAIS NA SÍNTESE TEÓRICA

Alice pensou que nunca na vida tinha visto um campo de croquet tão estranho como aquele: era todo aos altos e baixos. As bolas eram ouriços-caixeiros vivos, os tacos eram flamingos e os soldados eram obrigados a dobrar-se e a apoiar-se nas mãos e nos pés para fazerem de balizas. A partida, a principal dificuldade que Alice teve foi de segurar no seu flamingo. Acabou por conseguir arrumar confortavelmente o corpo dele debaixo do braço, com as patas de fora. Mas, regra geral, quando acabava por conseguir endireitar-lhe convenientemente o pescoço e se dispunha a dar com a cabeça dele uma tacada no ouriço, ele torcia-se todo e olhava para a cara dela com uma expressão tão espantada que ela não conseguia deixar de rir às gargalhadas; e, quando conseguia pôr-lhe a cabeça para baixo e recomendar a jogada, era muito irritante ver que o ouriço se desenrolava e lá se ia rastejando; além do mais, havia quase sempre um rego ou uma sebe para onde ela queria mandar o ouriço; e, como os soldados que estavam dobrados andavam sempre a levantar-se e a mudar-se para outros pontos do campo, Alice chegou rapidamente à conclusão de que aquilo era realmente um jogo muito difícil.

de Lewis Carroll, Alice no País das Maravilhas

A pesquisa bibliográfica e a elaboração do relatório de síntese merecem-nos algumas considerações finais. Pretendemos destacar alguns aspectos não só porque nos parecem essenciais para a compreensão da natureza da satisfação conjugal - objectivo último do nosso estudo -, mas também porque constituem o tecido sobre o qual "bordámos" o estudo prático.

Nesta análise, partiremos de alguns dos limites conceptuais e metodológicos inerentes à investigação sobre o tema¹, uma vez que tais limites foram, para nós, pontos de referência, quer no processo de reflexão decorrente da pesquisa bibliográfica, quer nas opções metodológicas relativamente ao estudo prático.

5.1. Das fronteiras difusas entre conceitos: a necessidade de nitidez conceptual

Na literatura sobre conjugalidade facilmente se constata um intrincado emaranhamento conceptual decorrente de fronteiras pouco nítidas entre alguns conceitos. Tal emaranhamento - que é facilmente explicado pela proximidade de significações entre os conceitos, e pelas marcadas inter-relações que os caracterizam - é particularmente relevante entre:

- Satisfação, qualidade, ajustamento, funcionalidade, amor, felicidade, bem estar e sucesso conjugal;
- Amor, paixão, intimidade e compromisso;
- Intimidade enquanto classe, e os processos relacionais que inclui (elementos da classe);
- Compromisso pessoal, estrutural e moral.

¹ Estes limites foram já desenvolvidos no subcapítulo 1.2 deste relatório.

Assim, e numa tentativa de conferir maior nitidez aos contornos dos conceitos, sugerimos que:

1. A *Qualidade Conjugal* diz respeito ao *desempenho na e da relação*, isto é, aos processos conjugais vividos, os quais podem ser:

a) Operativos ou Comportamentais, ou seja, o *modus operandi* na e da relação, o que corresponde ao funcionamento² conjugal. Nestes processos incluímos a Comunicação, os Conflitos e a Resolução de Conflitos, e o Controlo Relacional;

b) Afectivos, ou seja, o amor enquanto configuração de sentimentos, e os processos relacionais afectivos que o catalisam e que por ele são catalisados: a Intimidade e o Compromisso;

c) Cognitivos, ou seja, as cognições individuais – Pressupostos e Padrões, Percepções, Atribuições, Expectativas – que influenciam a relação, e são por ela influenciadas.

2. A qualidade conjugal pode ser avaliada por um observador externo, através de critérios definidos *a priori*, a partir de estudos empíricos realizados onde se relacionam tais processos com satisfação e/ou com sucesso conjugal. Esta avaliação exige que:

a) A qualidade conjugal seja observada não apenas como um todo, mas em vários domínios da vida conjugal – gestão doméstica, gestão financeira, tempos livres, privacidade/autonomia, filhos, relações extrafamiliares (famílias de origem, trabalho, rede social), sentimentos e expressão de sentimentos, intimidade emocional, sexualidade, e

² Preferimos o termo *funcionamento* a *funcionalidade*, uma vez que este último remete para uma valoração positiva do funcionamento, sendo, por isso, um elemento da classe.

continuidade da relação –; uma vez que os processos relacionais referidos podem variar consoante as áreas onde são observados³;

b) Se considerem as influências de factores contextuais, pessoais e demográficos na qualidade conjugal;

c) Se considere a influência do tempo ou percurso de vida conjugal na qualidade conjugal.

3. A *Satisfação Conjugal* é uma avaliação subjectiva dos processos operativos, afectivos e cognitivos, os quais designámos por Factores Relacionais Centrípetos⁴. Como referimos no capítulo 1 deste relatório, consideramos que tal avaliação ocorre relativamente a cada um dos processos relacionais referidos, o que se traduz no que denominámos *satisfação conjugal específica*, e relativamente à relação como um todo, o que designámos por *satisfação conjugal global*. Aliás, se atendermos a que o termo *satisfação* tem origem em *facere satis* que significa *fazer o bastante*, mais facilmente poderemos compreender o forte componente avaliativo, subjectivo e pessoal subjacente a este conceito. Assim, não é possível utilizarem-se critérios *a priori* para avaliar a satisfação conjugal, sendo a sua única medida a avaliação referida pelo casal ou por cada um dos cônjuges.

4. A *Felicidade* ou *Bem-Estar conjugal* são sentimentos, ou, para sermos mais precisos, configurações de sentimentos activados pelos processos relacionais vividos – qualidade conjugal –, e pelo nível de satisfação conjugal. Naturalmente, também a felicidade conjugal influencia

³ Muito embora as áreas possam estar mais associadas ao funcionamento ou à afectividade da relação, não devem ser confundidas com os processos, uma vez que aquelas constituem campos da relação onde ocorrem os processos.

⁴ Foi utilizado o termo *Centrípeto* tomando como ponto de referência o *holon* conjugal, uma vez que se trata de processos que se geram e são gerados directamente na e pela relação.

a qualidade e a satisfação conjugal. Assim sendo, e tratando-se de sentimentos, não é, pois, possível, a utilização de critérios *a priori* para avaliar a felicidade ou o bem estar conjugal, sendo a sua única medida a referência do casal ou de cada um dos cônjuges.

5. o *Sucesso Conjugal* refere-se à articulação entre qualidade conjugal, satisfação conjugal e/ou felicidade conjugal, e, eventualmente, estabilidade conjugal (duração da conjugalidade).

6. O *Amor* é, por nós, considerado como um elemento da classe Processos Afectivos, e, conceptualizamo-lo⁵ como uma configuração complexa e dinâmica de sentimentos conscientes por um outro, a qual é indissociável do desejo físico-psicológico do outro, do desejo da mutualidade de sentimentos, e implica a progressiva redefinição do si como um si partilhado, onde os sentimentos e desejos do outro são cada vez mais os nossos.

Esta conceptualização do amor como uma configuração complexa e dinâmica de sentimentos pressupõe que alguns dos sentimentos, o tipo de sentimentos, e a sua intensidade estão sujeitos a alterações em função do tempo de duração e do momento da relação, das circunstâncias, das turbulências da relação, e dos próprios parceiros, sem que tal signifique que o amor perca o seu carácter unitário e as significações específicas que permitem o seu reconhecimento.

Na nossa conceptualização, no início de um processo amoroso, tal configuração – a qual corresponde ao que communmente se designa por paixão – é, geralmente, marcada por sentimentos sobretudo primários e

⁵ A esta conceptualização está particularmente subjacente a teoria sobre emoções e sentimentos de António Damásio (1999).

secundários, os quais, de acordo com Damásio (1999), têm um perfil de "explosão" intensa. Estes sentimentos têm como foco central o si e o outro e inscrevem-se num tempo presente e imediato. O que ressalta são duas identidade individuais que procuram muito mais a fusão do que a integração. À medida que o tempo percorre a relação, a configuração de sentimentos vai sofrendo metamorfoses, sendo, então, constituída por sentimentos sobretudo de fundo, onde os sentimentos primários e secundários perdem a continuidade, tornando-se mais intermitentes. O tempo inclui passado, presente e futuro, e torna-se saliente o foco na relação, mais do que no si e no outro, uma vez que a identidade da relação vai ganhando primazia, emergindo, cada vez mais sólido, o sentido de "nós", ou no dizer de Caillé (1991), o "absoluto do casal".

7. Incluímos a *Intimidade* e o *Compromisso* nos Processos Afectivos, mas diferenciamo-los do Amor, uma vez que este é um sentimento - ou, em rigor, uma configuração de sentimentos -, enquanto aqueles são processos relacionais⁶ que catalisam e são catalisados pelos sentimentos.

8. A *Intimidade* pode ser conceptualizada como um conjunto de processos relacionais que se influenciam mutuamente: partilha, auto-revelação, apoio, confiança, mutualidade, interdependência, e sexualidade.

9. O *Compromisso* diz respeito ao desejo e decisão de continuar a relação, sendo importante distinguir, tal como é referido por vários autores⁷, o compromisso estrutural - associado a constrangimentos externos à relação que promovem a sua continuidade; o compromisso moral - associado a valores ou crenças que obrigam à manutenção da relação; e o

⁶ Voltamos a salientar que estes processos são fortemente influenciados por factores pessoais, mas que, aqui, os referimos como processos relacionais, dado que o foco é a relação conjugal.

⁷ Ver subcapítulo 2.1.3..

compromisso pessoal -associado ao investimento pessoal na relação e da satisfação com o parceiro e com a relação.

5.2. Da ausência do tempo e do simplismo: a necessidade de uma concepção complexa e não linear

Num sistema, se é verdade que as partes têm uma identidade comum ao sistema, não é menos verdade que têm também uma identidade própria, singular, não redutível ao todo. Assim, um sistema vivo caracteriza-se por um elevado grau de complexidade onde: o todo é mais do que a soma das partes, uma vez que são as partes e as suas inter-relações que lhe conferem significado; o todo é menos do que a soma das partes, dado que na relação com o todo, se perdem ou inibem algumas das qualidades das partes; o todo é mais do que o todo, pois que, na relação entre todo e partes, aquele vai sendo recriado (Morin, 1994).

Esta complexidade dinâmica e criativa - onde o devir é mais importante do que o ser, e, portanto, os processos mais importantes do que os estados - remete para a noção de um desenvolvimento circular evolutivo, onde o tempo é um conceito fundamental. São, pois, sistemas dissipativos não lineares onde *“nada está verdadeiramente num estado de equilíbrio”*⁸

⁸ Os sistemas em equilíbrio - cujo exemplo típico é o de um pêndulo - não importam energia adicional do meio, e, assim, vão perdendo a energia desencadeada por um estímulo inicial até estagnarem. Pelo contrário, os sistemas dissipativos, não lineares, ao importarem energia física e social do meio, e ao exportarem a energia usada, mantêm a capacidade para continuar em acção por períodos prolongados de tempo (Stengers & Prigogine, 1990; Prigogine, 1999).

(Conveney & Highfield, 1990, p.155), sendo que “*não linearidade significa que a maneira como se joga altera as regras do jogo*” (Gleick, 1980, p.50).

Assim sendo, a compreensão da satisfação conjugal só é possível:

1. Se atendermos ao casal como um todo, bem como a cada um dos parceiros enquanto singularidade;

2. Se, ao invés de uma visão fragmentada, considerarmos cada um dos processos relacionais inerentes à conjugabilidade – afectivos, operativos e cognitivos, ou seja, os Factores Relacionais Centrípetos -, assim como as suas interinfluências, e o modo como afectam a satisfação. Saliente-se, ainda, a importância de se considerar a influência de outros factores na satisfação: o Factor Tempo ou Percurso de Vida Conjugal, e os que designámos por Factores Centrífgos - contextuais, pessoais e demográficos;

3. Se tomarmos a satisfação não como um estado imutável, mas como um processo não linear, marcado por um desenvolvimento circular evolutivo, estando subjacente uma concepção dialéctica onde satisfação e insatisfação surgem mais como um jogo dinâmico de oposições do que como uma dualidade, tal como defendem alguns autores?

⁹ A este propósito, ver capítulo 1 deste relatório.

5.3. Dos limites metodológicos: a necessidade de metodologias qualitativas e de estudos longitudinais

Grande parte dos estudos sobre satisfação reflecte uma visão estática da conjugalidade, não relevando o seu carácter processual e dinâmico, o que advém, o mais das vezes, do facto das metodologias de investigação utilizadas serem maioritariamente quantitativas, e da escassez de estudos longitudinais.

Na pesquisa bibliográfica que realizámos, dos duzentos e oitenta e três artigos científicos que consultámos¹⁰, verificámos que: setenta e cinco são artigos de reflexão teórica, cento e cinquenta e três são artigos de reflexão sobre estudos cuja metodologia é exclusivamente quantitativa, quarenta e oito são artigos de reflexão sobre estudos cuja metodologia é quantitativa e qualitativa, e sete são artigos cuja metodologia é exclusivamente qualitativa. Do total de artigos com estudos práticos apenas dez diziam respeito a estudos longitudinais. Estes números são, pois, consonantes com o défice referido ao nível de estudos qualitativos e de estudos longitudinais sobre o tema¹¹.

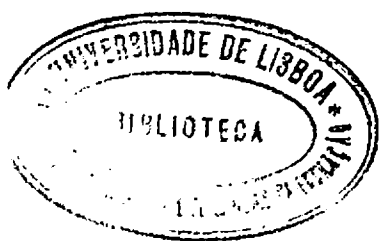
Assim, e tal como vários autores referem¹², para se compreender a natureza da satisfação conjugal, pensamos ser fundamental a utilização de metodologias qualitativas, e a realização de estudos longitudinais sobre satisfação, uma vez que nos permitem aceder a processos e significações, à contextualização no espaço e no tempo do que se observa, ao “padrão que

¹⁰ Este número refere-se apenas aos artigos que considerámos fundamentais para a reflexão sobre o tema. Não incluímos, aqui, as obras e capítulos de obras consultadas.

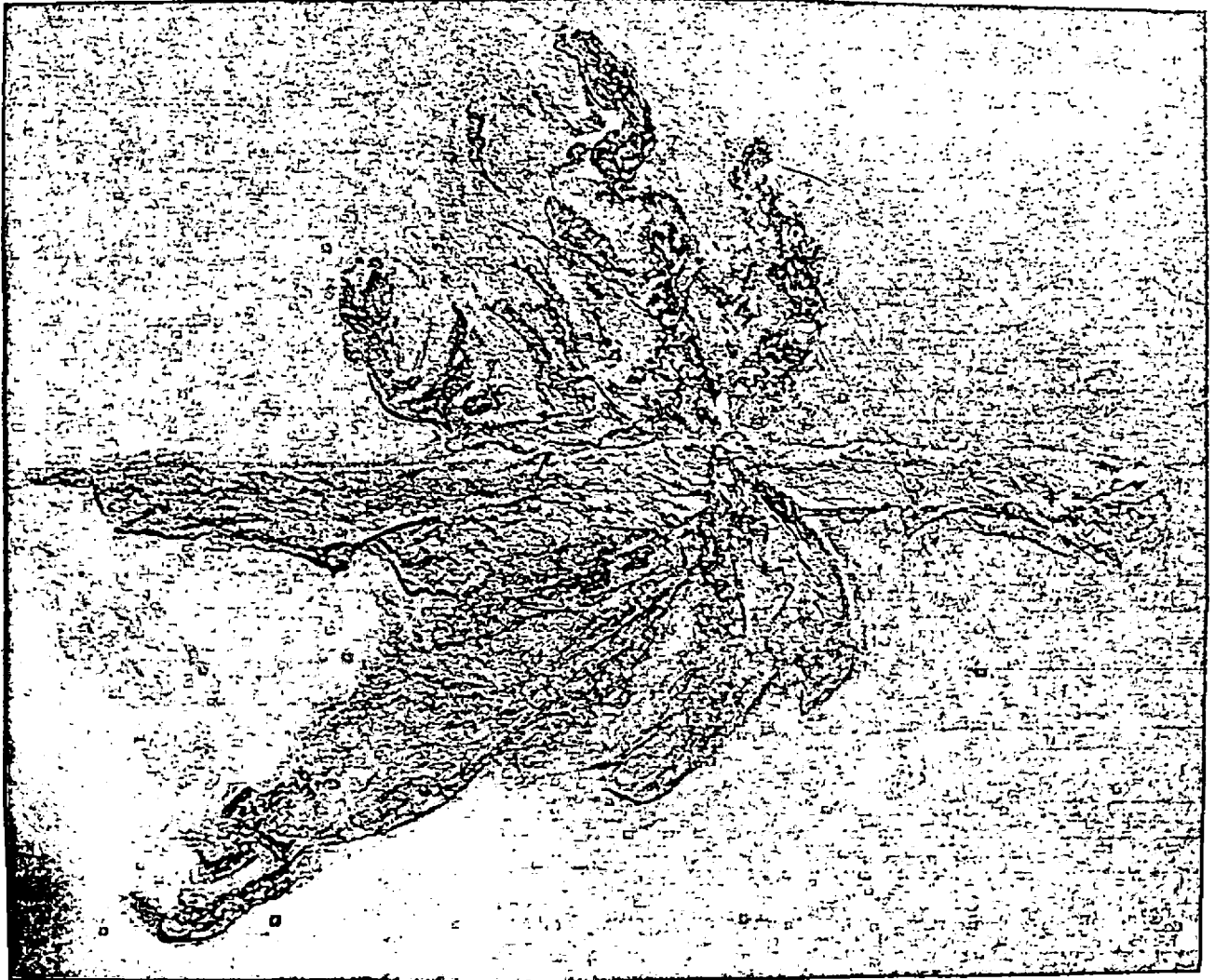
¹¹ Ambert *et al* (1995) realizaram uma investigação relativamente aos artigos publicados entre 1989 e 1994 no *Journal of Marriage and the Family*, tendo verificado que dos 527 artigos apenas 15 (2,8%) se referiam a estudos com utilização de metodologias qualitativas.

¹² A este propósito, ver capítulo 1 deste relatório.

*liga*¹³, ao desenvolvimento no tempo. Contudo, é possível a utilização sequencial ou simultânea de métodos quantitativos na investigação qualitativa, uma vez que permite ao investigador uma análise mais completa e diferenciada a partir de vários ângulos: os métodos quantitativos permitindo delinear padrões gerais, e os qualitativos revelando processos e significações, e encontrando explicações para os padrões descobertos.



¹³ Expressão de Bateson (1987).



PARTE II

O ESTUDO EMPÍRICO

"A ciência investiga: não prova".

Gregory Bateson, 1987

CAPÍTULO 6

O CONTORNO METODOLÓGICO

6.1. A Investigação Qualitativa - O Quadro de Referência de uma Opção

“Mas dediquei-me não tanto às ideias gerais como às ideias genéricas: são as ideias nucleares, as que estão no núcleo dos sistemas de pensamento ou de crença, as que são capazes de desorganizar ou reorganizar estes sistemas, as que permitem gerar um pensamento, aquilo a que chamo noutra perspectiva os paradigmas”
Edgar Morin: Os meus Demónios

O delinear de uma investigação exige um mapa mental (Pina Prata, 1990) coerente com a carta conceptual (Pina Prata, 1990) ou paradigma¹ do investigador. É este paradigma, carta conceptual ou quadro de referência

¹ Utiliza-se a noção de paradigma na acepção de Guba e Lincoln (Guba & Lincoln, 1994), ou seja, um conjunto básico de crenças, valores e pressupostos que representam uma determinada imagem do mundo, definindo, assim, uma determinada natureza do mundo, a posição do indivíduo nele e a sua relação com ele. Assim, esta noção de paradigma é equivalente à noção de *carta conceptual* de Pina Prata, dado que, segundo o autor, a carta conceptual corresponde ao nível da experiência existencial onde “residem” as crenças, valores e significações do indivíduo. Este nível da experiência existencial determina e é determinado pelo nível da experiência vivida, reflectindo, assim, uma causalidade circular evolutiva. Também Bateson (1987) reflecte esta concepção de carta conceptual ou paradigma, ao afirmar que todos os seres humanos são guiados por princípios altamente abstractos. Deste modo, um dado paradigma ou carta conceptual define as posições ontológica, epistemológica e metodológica condicionantes do mapa mental (desenho da investigação) em que se alicerça um determinado processo de investigação.

que confere um carácter interpretativo a qualquer investigação, na medida em que esta é “guiada por um conjunto de crenças e sentimentos sobre o mundo e sobre o modo como ele pode ser compreendido e estudado” (Denzin & Lincoln, 1994, p.13). No entanto, cada paradigma interpretativo responde de um modo diferenciado às questões ontológicas, epistemológicas e metodológicas. De acordo com Guba e Lincoln (1994), é possível distinguir quatro paradigmas científicos - Positivista, Pós-Positivista, Teoria Crítica e Construtivista -, em função das diferentes posições ontológicas (qual é a forma e a natureza da realidade e o que pode ser conhecido sobre ela), epistemológicas (qual é a natureza da relação entre o conhecedor e o conhecido) e metodológicas (como o conhecedor pode aceder ao que considera poder ser conhecido). O paradigma Positivista, decorrente de uma perspectiva racionalista, caracteriza-se por uma *posição ontológica* comumente designada por “realismo ingénuo” em que se assume que a realidade é “real” e guiada por leis e mecanismos imutáveis; por uma *posição epistemológica* dualista e objectivista em que se considera que conhecedor e conhecido são entidades independentes, sendo o investigador capaz de estudar o objecto sem o influenciar e sem ser influenciado por ele; por uma *posição metodológica* experimental e manipulativa de modo a poder verificar hipóteses e proposições colocadas *a priori*, e a impedir que os resultados sejam afectados por condições inadequadas. Assim, neste paradigma, situam-se as abordagens quantitativas caracterizadas pelo raciocínio hipotético-dedutivo, pelas preocupações com o estabelecimento de factos, a demonstração de relações entre variáveis, a verificação de teorias e hipóteses, pelo processamento quantitativo dos dados, pela procura de objectividade, de generalização e previsão dos fenómenos (Guba & Lincoln, 1994; Janesick, 1994). Nestas abordagens, a recolha dos dados segue esquemas estruturados, pré-determinados e formais; os dados são

numéricos e obtêm-se, em geral, através de inquéritos, entrevistas estruturadas, questionários, escalas, testes numéricos, etc.; a análise dos dados é dedutiva, estatística, e decorre, em geral, no final da recolha dos dados (Bogdan & Biklen, 1992).

O paradigma Pós-Positivista, decorrente de uma perspectiva empírica, define-se por uma *posição ontológica* designada por realismo crítico que assume ainda uma realidade “real” mas que apenas pode ser apreendida de um modo imperfeito e probabilístico devido às características intelectuais do investigador e à natureza complexa do objecto de estudo; por uma *posição epistemológica* em que o dualismo não é já aceite, mantendo-se a perspectiva objectivista, assumindo-se que é possível conhecer a realidade mas de um modo meramente aproximado; por uma *posição metodológica* experimental e manipulativa modificada, onde o foco é a falsificação das hipóteses mais do que a sua verificação (Guba & Lincoln, 1994). “Da interacção permanente com o mundo empírico, resulta a procura de dados nos contextos naturais, que obriga a uma recolha de informação situacional, a uma introdução da descoberta como um elemento da investigação e a uma procura do significado e das intenções dos indivíduos” (Chambel, 1998, p.141), sendo, por isso, pertinente, a utilização de abordagens qualitativas de investigação onde se enfatizam processos e significados, e que permitem “compreender o significado das vidas dos participantes através dos próprios termos dos participantes” (Janesick, 1994, p.210). De acordo com Guba e Lincoln (1994), se o paradigma Positivista era o dominante, nas últimas décadas, a supremacia vai pertencendo cada vez mais aos pós-Positivistas.

O paradigma da Teoria Crítica caracteriza-se por uma *posição ontológica* designada por realismo histórico onde a realidade é partilhada

pelos valores sociais, políticos, culturais e económicos do momento; por uma *posição epistemológica* transaccional subjectivista onde se defende que investigador e objecto estão interactivamente ligados, sendo, por isso, os resultados mediatizados pelos valores do investigador; por uma *posição metodológica* dialógica e dialéctica em que se assume a necessidade de um diálogo permanente entre investigador e sujeitos da investigação. Assim, este paradigma caracteriza-se, naturalmente, pela utilização de abordagens qualitativas de investigação.

O paradigma Construtivista define-se por uma *posição ontológica* relativista em que se assume que a realidade é uma construção, um produto da mente humana, sendo, assim, mutável em função da maior ou menor informação e sofisticação dos seus “construtores”; por uma *posição epistemológica* transaccional e subjectivista semelhante à do paradigma da Teoria Crítica, defendendo-se que o conhecimento é criado a partir da interacção entre investigador e sujeitos da investigação; por uma *posição metodológica* hermenêutica e dialéctica em que, à semelhança do paradigma da Teoria Crítica, se assume que as construções decorrem da interacção entre investigador e sujeitos da investigação, pretendendo-se através de tal interacção aumentar o grau de informação e de sofisticação das construções. Também à semelhança do paradigma da Teoria Crítica, o paradigma Construtivista utiliza as abordagens qualitativas de investigação.

O “objecto” de estudo da investigação que, aqui, se pretende relatar pertence ao mundo da *creatura* e não do *pleroma*. Tratando-se do mundo da *creatura*, então, é essencial considerar histórias, contextos, padrões, tempo, significados, complexidades (Bateson, 1987). Neste estudo, optou-se por uma abordagem qualitativa, dada a sua adequação ao mundo da *creatura*, ao se caracterizar pelo seu “*potencial para esclarecer significações*”.

personais, explicar a experiência humana, apresentar “histórias” ricas em detalhes, compreender, gerar teorias sobre processos que vão mudando ao longo do tempo, explicar a diversidade assim como padrões e temas, e preservar condições históricas, culturais e contextuais” (Wilson & Hutchinson, 1997, p.64). A abordagem qualitativa é também mais consistente com a perspectiva teórica sistémica que orienta este estudo, uma vez que em ambas - perspectiva teórica sistémica e abordagem qualitativa de investigação - é essencial a consideração do contexto, da multiplicidade de perspectivas, da complexidade, das diferenças individuais, de causalidade circular, e de uma visão holística e processual dos fenómenos (Moon, Dillon & Sprenkle, 1990). Embora, tal como se referiu, a utilização de abordagens qualitativas seja comum aos paradigmas Pós-Positivista, Teoria Crítica e Construtivista², esta investigação inclui-se no paradigma Pós-Positivista, pela posição ontológica, epistemológica e metodológica em que se enquadra. Assim, considera-se que a teoria não é a realidade, mas sim a nossa percepção da realidade, o que apenas permite uma aproximação a essa mesma realidade, permanecendo uma mera representação desta, maleável e modificável (Morse, 1997). O que parece ser coincidente com a posição de Popper quando afirma *“Na ciência não existe saber no sentido em que normalmente se fala de saber (...) O “saber” científico é tão só saber conjectural”* (Popper & Lorenz, 1990, p.46). Ou, tal como afirma Edgar Morin, *“O conhecimento do conhecimento ensina-nos que apenas conhecemos uma pequena película da realidade”* (Morin, 1995, p.223). Como é referido por

² Bogdan e Biklen (1992) não seguem a mesma diferenciação entre paradigmas referida por Guba e Lincoln, preferindo distinguir ao nível da investigação qualitativa, a abordagem fenomenológica, o interaccionismo simbólico, a etnografia, a etnometodologia e os estudos da cultura. Também Denzin e Lincoln (1994) apresentam uma outra diferenciação paradigmática, distinguindo o paradigma Positivista/pós-Positivista, o Construtivista, o feminista, o étnico, o marxista e o de estudos culturais. Na reflexão sobre este estudo atribui-se maior relevância à distinção efectuada por Guba e Lincoln por se considerar que é a que segue critérios mais claros e definidos na distinção entre paradigmas, e a que apresenta um maior rigor conceptual.

Huberman e Miles, “os fenómenos sociais não existem apenas na mente, mas no mundo objectivo; e existem relações legítimas e estáveis entre eles que podem ser descobertas. A legitimidade advém das sequências e regularidades que ligam os fenómenos; é a partir destas que derivamos os construtos que explicam a vida social e individual” (Huberman, & Miles, 1994, p.429).

6. 2. Investigação Qualitativa - Raízes, Contornos e Características

“(...) o investigador qualitativo é como o coreógrafo, que cria uma dança para afirmar algo. Para o investigador, a história contada é a dança em toda a sua complexidade, contexto, originalidade, e paixão.”

Valerie Janesick, (1994, p.218)

Embora a utilização de uma abordagem qualitativa de investigação remonte a mais de um século, o termo *investigação qualitativa* só começou a ser usado, nas ciências sociais, na década de 60. Anteriormente, as investigações qualitativas (classe) eram designadas pelo nome das suas estratégias (elementos da classe) (Bogdan & Biklen, 1992).

A investigação qualitativa tem estado sobretudo associada a escolas que se enquadram numa tradição sociológica interpretativista, e numa tradição antropológica. Mais recentemente, outras disciplinas - Linguística, Geografia Humana, Psicologia, Educação - têm favorecido as abordagens qualitativas nos seus domínios de investigação (Bogdan & Biklen, 1992; Denzin, & Lincoln, 1994; Mason, 1998).

Compreende-se, pois, que a investigação qualitativa nasceu e cresceu alicerçada numa perspectiva filosófica largamente interpretativista, dado que o foco de preocupação tem sido o modo como o mundo social é compreendido, experienciado, produzido e interpretado. Daí que os seus métodos por excelência sejam geradores de dados flexíveis, detalhados e sensíveis ao contexto de modo a permitir análises e explicações sobretudo holísticas (Mason, 1998).

Esboçadas as raízes e os contornos da investigação qualitativa, poder-se-á, então, descrever e reflectir mais detalhadamente sobre as suas características essenciais³. Valerie Janesick (1994) serve-se da metáfora da dança ao reflectir sobre a investigação qualitativa. O investigador é o coreógrafo que pretende afirmar algo, contar uma história, e para isso, cria uma dança. Complexa, porque complexa é a história que pretende contar. Também ela uma dança, acrescente-se.

Na investigação qualitativa é dado maior relevo aos processos e significações, procurando-se aceder a eles através dos próprios sujeitos da investigação. Também aqui a metáfora da dança (Janesick, 1994) faz sentido: com a dança criada, o investigador qualitativo procura descrever, explicar e tornar compreensível o familiar de um modo contextual, pessoal e apaixonado. E Valerie Janesick (1994, p.217) acrescenta: “*Tal como Goethe nos disse: «A coisa mais difícil de ver é o que está em frente aos nossos*

³ Apresentam-se, em nota de rodapé, as referências bibliográficas que mais foram utilizadas para a descrição e reflexão sobre as características da investigação qualitativa. Esta opção justifica-se pelo facto dos autores revistos serem consensuais na caracterização da investigação qualitativa. Uma referência sistemática a todos os autores revistos, ao longo do texto, tornar-se-ia redundante, e pela sua extensão, quebraria a ritmicidade pretendida na elaboração do texto, penalizaria a apresentação estética do mesmo, prejudicando a sua leitura. Ao longo do texto apenas surgirão referências quando tal for considerado pertinente, por se tratar de uma referência específica, ou quando se tratar de outras referências que não as aqui apresentadas. Assim, eis as referências bibliográficas: Bogdan & Biklen, 1992; Bottore, 1997; Bryman & Burgess, 1995; Denzin & Lincoln, 1994; Flick, 1998; Guba & Lincoln, 1994; Huberman & Miles, 1994; Janesick, 1994; Morse, 1994; Richards & Richards, 1994; Stake, 1994; Strauss & Corbin, 1994; Yin, 1989.

olhos”. O que se procura ver são processos, significações, mas a eles só poderemos aceder mediante uma visão holística. O que, de novo, nos remete para a dança. A história que a dança conta só emerge a partir do seu todo. Fragmentando a dança em passos, movimentos e posturas, poderemos, talvez, perceber acontecimentos, momentos descontextualizados, mas perder-se-ão as ligações, o contexto, o significado, o “padrão que liga” (Bateson, 1987) e que torna a história viva. Como refere Edgar Morin (1995, p.222), *“Ligar, ligar. Tornou-se não a palavra de ordem, mas sim a Ideia-Mãe. O conhecimento que liga é o conhecimento complexo”*.

O contexto natural dos indivíduos constitui, pois, a fonte directa de dados, o que reflecte a preocupação com a sensibilidade ao contexto social imediato - procuram-se relações num sistema e a dimensão temporal em que estas ocorrem -, e ao contexto mais vasto (nomeadamente a sua cultura) (Lessard-Hérbert, Goyette & Boutin, 1994).

O investigador é o “instrumento” chave na recolha e análise dos dados. Cria uma dança para contar uma história. Mas a história que conta é também uma dança. À semelhança de Carl Whitaker (1990) que concebia o processo terapêutico como uma dança entre o terapeuta e a família, também aqui se pode alargar a metáfora da dança tal como é desenvolvida por Janesick (1994), descentrando-a do investigador, e expandindo-a para o processo de investigação. E estamos, então, como que numa dança, observador e observado participantes de um mesmo sistema onde, naturalmente, a dança só é possível pela inter-relação, neste caso, do investigador e dos sujeitos da investigação (e dos dados que, através deles, se obtêm). Existe uma relação íntima entre o investigador e aquilo que estuda, de tal modo que a investigação é *“um processo interactivo moldado pela raça, classe social, género sexual, biografia e história pessoal do ou da*

investigadora e das pessoas no contexto (de investigação)” (Denzin, & Lincoln, 1994, p.3). Daqui decorre que o investigador não pode ser neutral, objectivo ou desligado do conhecimento e evidência que vai gerando, sendo, por isso, necessário que esteja constantemente atento às suas acções e ao seu papel no processo de investigação (Mason, 1998).

Os dados recolhidos apresentam-se mais na forma de palavras ou imagens do que de números, e destinam-se a uma análise mais centrada nos processos do que nos resultados ou produtos. No entanto, tal não significa que se exclua a utilização simultânea ou sequencial de métodos quantitativos na investigação qualitativa, o que depende dos objectivos da investigação que se pretende realizar (Bogdan & Biklen, 1992; Patton, 1978). A utilização simultânea de métodos quantitativos - triangulação de métodos - permite ao investigador abordar as suas questões de investigação a partir de diferentes ângulos, e explorar o seu objecto de estudo de um modo mais completo e multi-facetado. Os métodos quantitativos podem servir para delinear padrões gerais (pela relação entre quantidades⁴), e os métodos qualitativos para revelar processos e perspectivas, e encontrar explicações para os padrões ou relações encontradas.

A análise dos dados tende a ser indutiva ou abductiva, não sendo essencial a verificação de hipóteses prévias ao estudo. Deste modo, a teoria emerge, o mais das vezes, ou após a análise dos dados (raciocínio indutivo), ou a partir da interacção entre recolha e análise dos dados (raciocínio abductivo); teoria, recolha e análise ocorrem num processo dialéctico e dialógico). Numa investigação qualitativa, a teoria que emerge é, pois, construída a partir do mundo empírico, ao longo do processo de investigação.

⁴ “É, em princípio, impossível explicar qualquer padrão invocando uma única quantidade. Mas note-se que uma relação entre duas quantidades é já o início de um padrão. Noutras palavras, quantidade e padrão são de tipos lógicos diferentes, e não se ajustam prontamente ao mesmo pensamento” (Bateson, 1987, p. 55).

O investigador faz conjecturas e vai continuamente confrontando tais conjecturas com os dados empíricos à medida que a investigação progride, desenvolvendo-se, assim, a teoria⁵.

Situada no paradigma pós-Positivista, esta investigação qualitativa, mais do que encontrar respostas para as questões de que parte, pretende, sobretudo, gerar novas interrogações. Tal como Popper afirma : *“Penso que só há um caminho para a ciência ou para a filosofia: encontrar um problema, ver a sua beleza e apaixonar-se por ele; casar e viver feliz com ele até que a morte nos separe - a não ser que encontrem um outro problema ainda mais fascinante, ou, evidentemente, a não ser que obtenhamos uma solução. Mas, mesmo que obtenhamos uma solução, poderemos então descobrir, para nosso deleite, a existência de toda uma família de problemas-filhos, encantadores ainda que talvez difíceis, para cujo bem-estar poderemos trabalhar, com um sentido, até ao fim dos vossos dias”* (Popper & Lorenz, 1990, p.3). Esta posição pode também ser encontrada na afirmação de Prigogine e Stengers (1990, p.24): *“Uma «visão científica do mundo», qualquer que seja o seu conteúdo, é por definição fechada, portadora de certezas, privilegiando respostas em contraposição às questões que as suscitaram. (...) Da mesma forma que a arte e a filosofia, a ciência é, antes de toda a experimentação, criadora de questões e significados. (...) Esta visão da ciência (...) traduz a necessidade que sentimos de nos libertar da imagem, hoje ainda dominante, de uma racionalidade científica neutra, destinada a destruir o que não consegue compreender e contra a qual deveriam ser defendidas as questões e as paixões que dão o sentido à vida humana.”* Também Edgar Morin (1995,

⁵ Tal como anteriormente se referiu, as investigações qualitativas não são consideradas pelo paradigma Positivista (tomado, durante muito tempo, por muitos, como sinónimo de “Boa Ciência”), sendo conotadas como “soft”, imprecisas e com menor grau de rigor e confiança. A maturidade científica surge, de acordo com uma visão Positivista clássica, comumente associada a elevado grau de quantificação (Guba & Lincoln, 1994).

p.224) defende uma concepção de ciência geradora de interrogações mais do que de respostas e certezas: *“A ciência que crê tudo esclarecer, cega. Ora, a verdadeira ciência é a que chega ao conhecimento da ignorância. (...) Quanto mais se caminha para o conhecido mais se vai para o incognoscível. O novo conhecimento conduz à nova ignorância. (...) Precisamos da explicação para chegar ao inexplicável.”* Ou, completando o círculo, com Popper, *“Gostaria de aludir a Sócrates como ao homem que não sabia, ao homem que soube que nada sabia. Na verdade, não sabemos nada (...) Somos pesquisadores, a vida é, desde o início céptica – em grego, pesquisante. Nunca está inteiramente satisfeita com as condições de que dispõe (...)”* (Popper & Lorenz, 1990, p.22/23).

Termina-se, aqui, a caracterização da investigação qualitativa com um poema de João da Cruz (1542-1591)⁶ que traduz claramente a visão de ciência como um processo contínuo de interrogações, um diálogo permanente e evolutivo entre respostas e dúvidas. Assim se pretende a investigação qualitativa:

*Tudo o que sabia antes
Muito baixo lhe parece,
E a sua ciência cresce tanto
Que sem o saber aí fica
Transcendendo toda a ciência
Quanto mais se eleva
Menos compreendia
O que é a tenebrosa nuvem
Que ilumina a noite
Por isso quem o sabia
Continua sem saber
Transcendendo toda a ciência
Este saber não sabendo
Tem um tão alto poder
Que os sábios discutindo
Nunca o podem vencer
Pois o seu saber não chega
A não entender entendendo
Transcendendo toda a ciência*

⁶ João da Cruz, *Entre onde não supe*, in Morin, 1995, p.225.

6.3. A Avaliação da Investigação Qualitativa

“O erro é o risco permanente do conhecimento e do pensamento (...) daí a necessidade de uma vigilância incessante para detectar todas as fontes de erros possíveis e de ter permanentemente cuidado com a intrusão sorrateira do erro.”

Edgar Morin (1995, p.186)

A avaliação da investigação remete para duas questões essenciais: a avaliação do processo e dos resultados e o grau de generalização dos resultados (Flick, 1998; Mason, 1998) ou validade externa (Yin, 1989).

A avaliação do processo e dos resultados de uma investigação implica a existência e aceitação de critérios que permitam tal avaliação. Esta tem sido uma questão sobre a qual muito se tem reflectido ao nível da investigação qualitativa: que critérios para avaliar a credibilidade? Será adequado seguir critérios de fidelidade/precisão e validade associados à investigação quantitativa? Se assim fosse, seria necessário, no que diz respeito à fidelidade/precisão, verificar até que ponto um método particular conduz sempre aos mesmos resultados, ou verificar a estabilidade das observações ao longo do tempo, ou a constância dos resultados obtidos, no mesmo momento, utilizando-se diferentes instrumentos. Ora, estes critérios, em particular os dois primeiros, não se adequam inteiramente às características e objectivos de uma investigação qualitativa, dado que não consideram a possibilidade de mudança dos fenómenos e processos em estudo. Além do mais, esta concepção de fidelidade tem como premissa o facto de que os métodos de recolha de dados podem ser conceptualizados como ferramentas, e podem ser standardizados, neutros e não enviesados. Dada a não standardização de muitos métodos de recolha de dados qualitativos, o investigador será

incapaz de realizar simples testes de precisão deste tipo, porque os dados não assumem a forma de um conjunto estandardizado de medidas (Mason, 1998). Deste modo, emergiu a necessidade de reformular o critério de fidelidade em investigações qualitativas, orientando-o para a verificação da confiança nos dados e procedimentos, e rejeitando a noção de que recolhas repetidas de dados levam aos mesmos dados e resultados (Flick, 1998).

A questão da validade diz respeito ao facto de verificar se se está realmente a “medir” ou a explicar o que se afirma estar a “medir” ou explicar. Mishler (1990; *in* Flick, 1998, p.227) reformulou o conceito de validade, tomando-o como “*processo de validação*” em vez de “validade”, e definindo-o como “*construção social do conhecimento*” através do qual “*se avalia a «credibilidade» das observações, interpretações, e generalizações*”. Tal reformulação remete-nos para a questão de saber até que ponto as teorias emergentes são empiricamente fundamentadas, e até que ponto tal é transparente para os outros. Hammersley (1992; *in* Flick, 1998) defende a este propósito uma posição que designa de “realismo subtil”, partindo de três premissas: a validade do conhecimento não pode ser avaliada com certeza, mas apenas pela sua plausibilidade e credibilidade; os fenómenos também existem independentemente do observador, e as suas afirmações sobre eles podem apenas ser mais ou menos aproximadas; a realidade torna-se acessível mediante diferentes perspectivas sobre o fenómeno. A investigação pretende apresentar a realidade e não reproduzi-la. Esta posição parece consonante com a de Popper ao afirmar que “*Na ciência podemos ambicionar atingir a verdade, e fazemo-lo. A verdade é o valor fundamental. O que não podemos conseguir é a garantia. Temos de renunciar à segurança. Segurança, certeza, jamais a temos. Tudo o que podemos fazer é analisar autocriticamente as nossas próprias teorias, as teorias que nós*

próprios criamos, e experimentarmos nós mesmos destruí-las, refutá-las.”
(Popper, & Lorenz, 1990, p.48):

Assim, para a avaliação dos processos e resultados num estudo predominantemente qualitativo, torna-se necessário:

➤ Considerar a consistência entre a lógica do método, as questões de investigação e as explicações que se pretendem desenvolver, ou seja, em que medida tais métodos permitem a aquisição de dados relevantes para as questões que podem ser usadas na construção de explicações. Por exemplo, a opção por entrevistas semi-estruturadas, a pertinência das questões do guião, a utilização-piloto do método, o modo de selecção da amostra, a capacidade dos entrevistados para fornecer dados relevantes e a condução da entrevista são índices importantes na avaliação da validade de construto (Mason, 1998). Também a triangulação de diferentes métodos, investigadores e dados contribui para a validade de construto. Denzin (1989; *in* Flick, 1998) distingue quatro tipos de triangulação: *triangulação de dados*, referindo-se à utilização de diferentes fontes de dados, e sugerindo o estudo do fenómeno em diferentes momentos e locais, e em diferentes pessoas. Aproxima-se, pois, da estratégia de amostra orientada para a teoria e para os objectivos; *triangulação de investigadores*, referindo a pertinência de existirem diferentes observadores ou entrevistadores para minimizar enviesamentos resultantes do investigador enquanto pessoa; *triangulação de teorias*, sugerindo a abordagem dos dados a partir de múltiplas perspectivas e hipóteses, de modo a verificar a utilidade e poder de vários pontos de vista; *triangulação de métodos*, quer intra-método - analisando, por exemplo, resultados quantitativos a partir de um método qualitativo -, ou inter-métodos - utilizando, por exemplo, escalas e entrevistas. A triangulação, neste caso, deverá ter por objectivo, não a

validação dos resultados obtidos com cada um dos métodos, mas sim a expansão e o enriquecimento do conhecimento (Denzin & Lincoln, 1994; Eisenhardt, 1989; Flick, 1998; Mason, 1998; Yin, 1989);

➤ Analisar a qualidade e rigor da análise através do método de comparação contínua e da indução analítica⁷, dado que são índices relevantes na avaliação da validade interna. (Denzin & Lincoln, 1994; Eisenhardt, 1989; Flick, 1998; Mason, 1998; Yin, 1989). É também importante para a validade interna, a consulta regular de pares e especialistas não envolvidos no processo de investigação para com eles discutir os resultados e as hipóteses geradas. Neste processo de validação, recomenda-se, ainda, que as interpretações do investigador sejam apresentadas aos entrevistados de modo a que possam ser por eles avaliadas (Denzin & Lincoln, 1994);

➤ Verificar em que medida houve o cuidado de examinar a literatura consonante e conflituante com as hipóteses e teorias emergentes, uma vez que tal contribui quer para a validade, quer para a confiança dos estudos qualitativos (Eisenhardt, 1989). São também índices cruciais para a validade e confiança, a realização de um relatório detalhado onde se apresentem todos os passos dados no decurso do processo de investigação: justificação da opção pela investigação qualitativa; apresentação do mapa conceptual, questões de investigação e hipóteses; justificação da estratégia metodológica de investigação; descrição e justificação do processo de selecção da amostra, dos métodos de recolha de dados utilizados e do respectivo procedimento; e justificação permanente do processo de análise e interpretação dos dados (Denzin & Lincoln, 1994; Flick, 1998; Mason, 1998).

⁷ Mais adiante, a propósito da generalização, o método de comparação contínua e a indução analítica serão abordados com maior detalhe.

A segunda questão essencial na avaliação da investigação diz respeito à *generalização* dos resultados encontrados. Na investigação qualitativa não são pertinentes generalizações empíricas ou estatísticas baseadas numa lógica em que se pretende fazer generalizações a partir da análise de uma população empírica (amostra) para outra população maior, com base no facto de que a população em estudo é estatisticamente representativa da população mais vasta. O que se pretende é uma *generalização à teoria* através da análise dos dados – generalização analítica. A análise dos dados, o estudo dos casos e a comparação entre os casos permite elucidar processos ou questões centrais para um corpo de conhecimento mais vasto, bem como expandir e/ou desenvolver proposições teóricas explicativas (Flick, 1998; Mason, 1998; Yin, 1989).

Lincoln e Guba (1985; *in* Guba, & Lincoln, 1994) preferem a designação de “transferibilidade” de descobertas de um contexto para outro, desde que tais contextos sejam comparáveis.

Assim, a generalização ou transferibilidade depende:

- Do *processo de selecção da amostra* - a amostra orientada para a teoria permite recortar, de um modo tão vasto quanto possível, a variedade de condições sob as quais um determinado fenómeno é estudado.

- Da *comparação sistemática* dos dados recolhidos - através do método de comparação contínua, um processo de comparação gerador de teoria, onde, de acordo com as fases postuladas por Glaser (1969; *in* Flick, 1998), se comparam incidentes aplicáveis a cada categoria, se integram categorias, se delimita a teoria e se escreve a teoria. A característica essencial deste processo é a circularidade entre as várias fases, já que, apesar do contínuo crescimento e desenvolvimento do processo, se mantêm operativas as anteriores, permitindo o enriquecimento e desenvolvimento

das fases seguintes. Esta comparação é desenvolvida e sistematizada em análises intra e inter-casos. Num processo sempre circular, a análise do singular⁸ vai gerando hipóteses e teorias, as quais são analisadas e desenvolvidas na comparação entre os vários casos, e, então, confrontadas com cada um, de modo a se procurar as denominadas “instâncias negativas”, ou seja, as unidades que refutam a teoria. Este processo de continuamente se procurar os casos desviantes relativamente às hipóteses ou teorias emergentes é designado por *indução analítica* (Flick, 1998; Mason, 1998). Deste modo, cada hipótese é examinada em cada caso, correspondendo à lógica da replicação, ou seja, uma série de casos corresponde a uma série de experiências em que cada caso (uma experiência) serve para confirmar, reformular ou refutar as hipóteses (Yin, 1989; Eisenhardt, 1989). Esta lógica parece consonante com a posição de Popper ao afirmar “*Como é que se chega às boas teorias? Eis a minha resposta: por experimentação e exclusão das más teorias. Quer dizer, não há nenhuma via que se possa prever, conduzir a boas teorias. Não há nenhum método. Há apenas a via da experimentação geral, da variação em todas as direcções.*” (Popper, 1995, p.32).

➤ Da extensão em que se examina a literatura consonante e conflituante com a teoria emergente, permitindo, deste modo, reforçar a validade interna (Eisenhardt, 1989).

⁸ Entenda-se por *singular* cada caso ou unidade.

CAPÍTULO 7

A CONCEPÇÃO E O PROCESSO DE REALIZAÇÃO DO ESTUDO PRÁTICO

7.1. O Desenho da Investigação

“Tal como o bailarino confia na espinha dorsal para o poder e coerência da dança, o investigador qualitativo confia no desenho do estudo. Ambos são elásticos (...) Assim como a dança reflecte a vida e se adapta a ela, o desenho qualitativo é adaptado, modificado e redesenhado à medida que o estudo prossegue (...)”

Valerie Janesick (1994, p.211/ 218)

Ainda que a abordagem qualitativa tenha, frequentemente, um carácter mais exploratório e fluido do que abordagens quantitativas, o plano ou desenho da investigação é fundamental sobretudo para o seu desenvolvimento rigoroso e coerente (Mason, 1998; Miles & Huberman, 1985). O desenho da investigação qualitativa, pela própria natureza da abordagem qualitativa, e tal como Janesick (1994) refere utilizando a metáfora da dança, é flexível, e sujeito a reformulações ao longo da realização do projecto (Bogdan & Biklen, 1992; Janesick, 1994; Mason, 1998).

O desenho deve incluir a questão inicial, o *puzzle* conceptual (mapas conceptuais, construtos ou variáveis chave, questões de investigação e objectivos) e a estratégia metodológica de investigação relativamente à recolha (selecção da amostra, instrumentos e procedimentos) e à análise de dados (Mason, 1998).

7.1.1. A Questão Inicial

A questão inicial constitui o ponto de partida, a interrogação primeira. Interrogação inicial esta que contém já em si o fim, bem como o processo que liga princípio e fim. Processo este, então, imbuído de uma causalidade circular evolutiva, e, portanto, processo desenvolvido e não desenrolativo¹ (Pina Prata, 1990), e, por isso, sempre sujeito a mudanças.

Eis a questão inicial deste estudo prático:

O que é, como é, quando é, e porque é a satisfação conjugal?

7.1.2. O Puzzle Conceptual²

Segundo Mason (1988), toda a investigação deve ser construída em torno de um *puzzle* conceptual que revele o que se deseja explicar - objectivos -, e as questões de investigação formuladas, o que obriga a uma explicitação clara dos construtos ou variáveis chave, e das relações que se

¹ De acordo com o autor, a noção de desenrolar tem subjacente uma visão acumulativa, linear, em que os acontecimentos se sucedem um após outro, enquanto a noção de desenvolver tem subjacente uma visão integrativa, circular onde a evolução se faz também por movimentos de regressão que integram acontecimentos anteriores. Esta integração - que é já uma relação entre antes e depois - constitui informação geradora de mudança, dado que, e recorrendo ao pensamento Batesoniano (Bateson, 1987), a informação é diferença e a diferença é mudança. Poder-se-á, então, afirmar que os processos desenvolvidos são característicos do mundo da *creatura* (o que vive), onde nada pode ser compreendido sem se recorrer às diferenças e os processos desenrolativos característicos do mundo da *pleroma* (o que não vive), onde forças e colisões são suficientes para uma explicação, dado que constituem a “causa” dos acontecimentos (Bateson, 1997).

² Adaptaram-se, aqui, as designações de *puzzle intelectual* de Jennifer Mason (1998) e de *quadro conceptual* de Huberman & Miles para *puzzle conceptual*, por se considerar esta terminologia mais consistente com os limites da “área” do desenho da investigação a que se refere: mapas conceptuais, construtos/variáveis chave, questões de investigação e objectivos. A designação de *puzzle intelectual*, apontando para contornos mais alargados, poder-se-á pensar como equivalente à de *mapa mental* (Pina Prata, 1990) da investigação ou à de *desenho da investigação*. A noção de *puzzle* parece mais consistente com as abordagens qualitativas, dado que contém em si a ideia de construção e desenvolvimento, não despoletando a ideia de “coisa feita” que pode estar mais implícita na noção de *quadro*, de *desenho* ou de *mapa*.

pretende investigar entre tais construtos ou variáveis - mapas conceptuais (Huberman & Miles, 1994).

7.1.2.1. Objectivos

Com a finalidade última de contribuir para o conhecimento das relações conjugais e, conseqüentemente, para o enriquecimento da investigação e da prática interventiva - quer ao nível da prevenção, quer ao nível da terapia -, definimos dois objectivos gerais, um de cariz mais teórico, e outro essencialmente metodológico.

A necessidade de definir tais objectivos de diferente natureza tem subjacente a conceptualização de Morin (1994, p.257) sobre a relação entre teoria e método: *“Uma teoria não é o conhecimento; permite o conhecimento. Uma teoria não é uma chegada; é a possibilidade de uma partida. Uma teoria não é uma solução; é a possibilidade de tratar um problema. Por outras palavras, uma teoria só realiza o seu papel cognitivo, só ganha vida com o pleno emprego da actividade mental do sujeito. É esta intervenção do sujeito que dá ao termo método o seu papel indispensável”*.

Eis, pois, os nossos objectivos:

- 1) *Compreender a natureza complexa e não linear da satisfação conjugal.*

Este objectivo tem subjacente uma perspectiva sistémica de conjugabilidade e de satisfação conjugal, pressupondo que todo e partes estão em permanente interacção, recriando-se mutuamente, e, assim, inscrevendo uma história ao longo de um processo que está, ele próprio, em permanente interacção com o contexto espaço-temporal.

A partir deste objectivo geral, distinguimos os seguintes objectivos específicos:

a) Investigar, em casais satisfeitos, a existência de configurações interactivas de processos comportamentais ou operativos, afectivos e cognitivos;

b) Investigar, em casais satisfeitos, a existência de diferentes configurações interactivas de processos comportamentais ou operativos, afectivos e cognitivos, em diferentes tempos de casamento;

c) Analisar diferenças e semelhanças, entre homens e mulheres, na vivência da qualidade e da satisfação conjugal.

2) *Conceber e utilizar um sistema de avaliação da qualidade e da satisfação conjugal.*

Este segundo objectivo geral só é possível na interacção com o primeiro, uma vez que pressupõe uma relação recorrente entre método e teoria, onde aquele é gerado pela teoria e, simultaneamente, tem um papel fundamental na recriação desta.

7.1.2.2. O Mapa Conceptual

O *mapa conceptual* deve explicar - gráfica ou narrativamente - quais os principais construtos ou variáveis a investigar e as relações entre eles, dando, deste modo, informação sobre que dados devem ser recolhidos, e como, e que análises devem ser realizadas.

À medida que os dados vão sendo recolhidos, o mapa conceptual pode ser reformulado, adquirindo maior precisão, considerando relações mais significativas, reconstruindo relações, podendo, assim, influenciar (reformular, focar) a própria recolha de dados (Miles & Huberman, 1985).

O mapa conceptual que a seguir apresentamos, pretende representar, tanto quanto possível, a concepção sistémica, complexa, não linear e dinâmica de conjugalidade e de satisfação conjugal que defendemos³.

Antes de procedermos à sua explicitação, julgamos pertinente salientar alguns dos princípios subjacentes a uma perspectiva sistémica complexa (Morin, 1994), uma vez que constituem o suporte do nosso mapa conceptual.

1) O todo e as partes estão em permanente tensão e interacção, o que significa que só se pode aceder ao todo, se conhecermos as partes, bem como o conhecimento das partes é impossível sem que se compreenda o todo. Ou seja, é necessário conceber simultaneamente a unidade e a multiplicidade - a *Unitas Multiplex* (Morin, 1994, p.169) -, evitando ou reduzindo o simplismo inerente a uma cegueira parcial onde apenas se considera a unidade ou a multiplicidade. Assim:

- o estudo da conjugalidade e da satisfação conjugal só é completo se se considerar o casal (todo) e cada um dos indivíduos que o constituem (partes);

- a compreensão da natureza da satisfação conjugal (todo) implica o conhecimento de cada um dos processos inerentes à conjugalidade (partes) - operativos ou comportamentais, afectivos, e cognitivos -, e das suas interacções, assim como para o entendimento de cada um dos processos, torna-se necessário aceder à satisfação conjugal;

³ Note-se que o desenho gráfico é sempre estático, o que penaliza a “tradução” em imagem da dinâmica inerente a esta concepção. Para uma compreensão mais clara, veja-se o subcapítulo 1.3 deste trabalho.

- o estudo de cada um dos processos inerentes à conjugalidade (todo), só tem sentido se conhecermos cada um dos subprocessos (partes) que o constituem, e as suas interacções. Deste modo, para se investigarem os processos afectivos será necessário considerar os sentimentos, a intimidade e o compromisso; o entendimento dos processos operativos ou comportamentais exige o conhecimento da comunicação, dos conflitos e resolução de conflitos, e do controlo relacional; a compreensão dos processos cognitivos terá de passar pelo estudo dos pressupostos e padrões, das percepções, das atribuições e das expectativas;

- a avaliação de cada um dos subprocessos (todo) exige a compreensão dos elementos que os caracterizam (partes), e das suas interacções, bem como o conhecimento destes se realiza no entendimento do todo. Por exemplo, a avaliação da intimidade deverá alicerçar-se no conhecimento da partilha e auto-revelação, do apoio emocional, da confiança, da sexualidade, etc.; nas interacções entre estes elementos; e nas suas interacções com os restantes subprocessos - sentimentos e compromisso.

2) Para compreender um sistema complexo, é necessário conhecer a sua história e o seu percurso. Deste modo, o conhecimento da conjugalidade e da satisfação conjugal exige o conhecimento da história, do seu desenvolvimento ao longo do tempo, desenvolvimento este que é circular evolutivo, marcado, pois, por avanços e retrocessos, e pela interacção entre avanços e retrocessos. Neste desenvolvimento, é importante considerar os acontecimentos internos ou externos ao sistema conjugal que, pela turbulência que provocam, conduzem à mudança, gerando uma dinâmica de ordem/desordem/organização/ordem, ou seja, recriam a história do sistema.

3) Num sistema aberto, e paradoxalmente, a autonomia só se concretiza pela dependência em relação ao meio exterior. Ou seja, um sistema fechado estaria condenado ao desaparecimento ou degradação, dada a impossibilidade de se regenerar através das trocas de energia com o exterior. Assim, a investigação da conjugalidade e da satisfação conjugal requer a compreensão da relação com o ecossistema, e das interinfluências, nomeadamente, a família de origem, o trabalho, as redes sociais, a classe sócio-económica, etc.

4) Entre todos estes factores que constituem a vida conjugal e que influenciam a satisfação conjugal - e são por esta influenciados - existe uma causalidade complexa, ou seja, uma causalidade mútua, múltipla e inter-relacionada.

7.1.2.2.1. A Explicitação do Mapa Conceptual

O mapa conceptual que apresentamos (ver figura 2) é constituído por dois “tabuleiros” em interacção que representam, respectivamente, a mulher (M) e o homem(H). Embora o “tabuleiro” H não tenha visibilidade gráfica, pretende-se igual ao “tabuleiro” M.

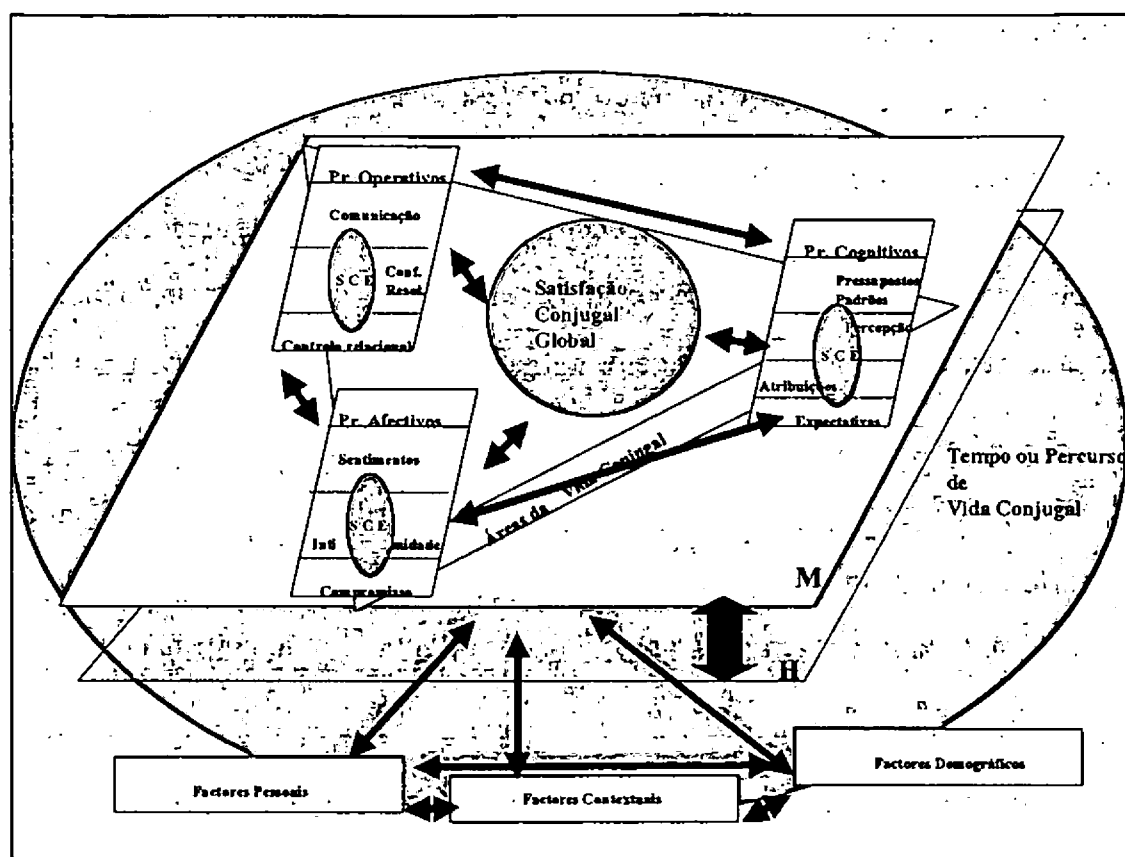


Figura 2
Mapa Mental

Cada um dos “tabuleiros” pretende representar os três processos inerentes à vida conjugal – operativos ou comportamentais, afectivos, e cognitivos – os quais designamos por *Factores Centrípetos*⁴. Estes factores permitem a avaliação da Qualidade Conjugal, influenciam a Satisfação Conjugal, e são por esta influenciados⁵.

As interinfluências, quer entre os três processos que constituem os Factores Centrípetos, quer entre estes e a Satisfação Conjugal, estão representadas no mapa por setas de duplo sentido. Por sua vez, cada um dos

⁴ A explicitação destes factores, bem como do factor Tempo ou Percorso de Vida Conjugal, e dos factores Centrífugos, encontra-se amplamente desenvolvida no capítulo 1 deste trabalho.

⁵ No capítulos 1 e 5, definimos e explicitamos os conceitos de Qualidade Conjugal e Satisfação Conjugal. No capítulo 1, subcapítulo 1.3, propomos uma concepção sistémica de satisfação Conjugal, utilizando a metáfora de um *puzzle*. Naturalmente, o nosso Mapa Conceptual decorre de tal concepção.

processos inclui subprocessos interdependentes, pelo que, no mapa, surgem separados por pontilhados.

Em cada um dos processos, desenhámos um círculo central que corresponde à Satisfação Conjugal Específica a estes relativa.

A Qualidade Conjugal, e consequentemente a Satisfação Conjugal, podem variar consoante as Áreas da Vida Conjugal a que se referem, as quais estão representadas no mapa por um triângulo. Na nossa conceptualização, definimos doze Áreas da Vida Conjugal⁶ - Gestão Doméstica, Gestão Financeira, Tempos Livres, Privacidade/Autonomia, Filhos, Família de Origem, Profissão, Rede Social, Sentimentos e Expressão de Sentimentos, Intimidade Emocional, Sexualidade, Continuidade da Relação -, sendo que as oito primeiras se referem sobretudo ao funcionamento da relação, enquanto as cinco últimas dizem mais respeito à afectividade na relação. As Áreas da Vida Conjugal não devem ser confundidas com os Processos Relacionais, uma vez que qualquer um destes pode ser observado em qualquer uma das Áreas.

O Tempo ou Percurso de Vida Conjugal - por exemplo, a duração da relação, e acontecimentos de vida ditos normativos e não normativos -, representado pela oval azul, influencia e é influenciado pela Qualidade e pela Satisfação Conjugal. Este factor influencia ainda, e sofre influências dos Factores Pessoais, Contextuais e Demográficos.

Os Factores Pessoais, Contextuais e Demográficos, no seu conjunto, são, por nós, designados de *Factores Centrífugos*, uma vez que são mais

⁶ A definição destas doze áreas baseia-se, de um modo geral, na pesquisa bibliográfica realizada sobre o tema da Conjugalidade, e, em particular, em Granger (1980). Contudo, pensamos que teria sido mais enriquecedor a consideração de duas outras áreas - Características Físicas e Características Psicológicas.

periféricos ao *holon* conjugal, apesar de o afectarem, e serem por ele afectados.

7.1.2.2.2. A Explicitação das Variáveis consideradas no Mapa Conceptual

Passaremos agora à explicitação das variáveis representadas no Mapa Conceptual.

Qualidade Conjugal - diz respeito ao desempenho na e da relação, ou seja, aos processos operativos ou comportamentais, afectivos, e cognitivos.

Satisfação Conjugal - avaliação subjectiva dos processos operativos ou comportamentais, afectivos, e cognitivos.

Processos Operativos ou Comportamentais - *modus operandi* na e da relação, o que corresponde ao funcionamento conjugal. Nestes processos, consideramos, particularmente, a comunicação - quantidade de diálogo e qualidade da comunicação; os conflitos - frequência, e intensidade; a resolução de conflitos - estratégias e eficácia; o controlo relacional - distribuição de tarefas domésticas, financeiras e parentais, e processo de tomada de decisão⁷.

Processos Afectivos - inclui o Amor, enquanto configuração de sentimentos, e os processos afectivos que o catalisam e são por eles catalisados: a Intimidade e o Compromisso. No nosso estudo foi dada particular atenção a: designação do sentimento por Amor; intensidade e evolução de sentimentos; factores de atracção; queixas relativas aos sentimentos; Intimidade e Compromisso: expressão de sentimentos - verbal,

⁷ A explicitação destas variáveis encontra-se desenvolvida com maior detalhe no capítulo 2 deste trabalho.

físico-sexual, material, ritual, acções ou atitudes; queixas relativas à expressão de sentimentos; auto-revelação e partilha; apoio e empatia; confiança; mutualidade - identidade de casal, similitude, equidade; interdependência - privacidade, tempos livres, padrões de vinculação amorosa; sexualidade - qualidade, frequência, iniciativa; ideias de ruptura; rupturas; consideração de alternativas ao parceiro⁸.

Processos Cognitivos - diz respeito às cognições individuais. A nossa análise incidiu particularmente na percepção do si, do parceiro, e da relação; e nas expectativas de eficácia da relação⁹.

Áreas da Vida Conjugal - domínios sobre os quais se podem observar os processos operativos ou comportamentais, afectivos, e cognitivos. Neste trabalho, são consideradas as seguintes áreas: gestão doméstica, gestão financeira, tempos livres, privacidade/autonomia, filhos; família de origem, profissão, rede social, sentimentos e expressão de sentimentos, intimidade emocional, sexualidade, continuidade da relação.

Tempo ou Percurso de Vida Conjugal - nesta investigação, procuramos estudar, em particular, diferenças ao nível da qualidade e da satisfação conjugal em função da duração do casamento, analisando casais satisfeitos em três tempos distintos de conjugalidade: menos de sete anos, entre sete e treze anos, e mais de treze anos de casamento. A definição destes três grupos teve como critério as etapas ditas normativas do ciclo de vida. Assim, o grupo “menos de sete anos de conjugalidade” corresponde às etapas que compreendem o casal desde a sua formação até aos filhos em idade escolar; o grupo “entre sete e treze anos” corresponde aos filhos em

⁸ Idem.

⁹ Idem.

idade escolar; e o grupo “mais de treze anos” corresponde às etapas que compreendem filhos adolescentes até ao ninho vazio.

Factores Pessoais – diz respeito a aspectos idiossincráticos, tais como características da personalidade, padrões de vinculação e motivação para o casamento. O nosso estudo não abarca directamente tais factores, ainda que alguns possam estar implícitos na medida em que avaliamos os padrões de vinculação amorosa, bem como o compromisso, o qual se pode relacionar com a motivação intrínseca ou extrínseca.

Factores Contextuais – referem-se a sistemas externos ao sistema conjugal e com os quais este está em interacção: família de origem, profissão e rede social. Não constitui também uma variável de relevo do nosso estudo, embora analisemos as queixas dos cônjuges relativas a tais sistemas.

Factores Demográficos – embora estes factores incluam diversas variáveis – género, raça, religião, localização geográfica, estatuto sócio-económico, idade, etc. –, neste trabalho analisamos apenas algumas diferenças de género.

7.1.2.3. As Questões de Investigação e Hipóteses Prévias

As questões de investigação constituem o esqueleto da investigação, dado que definem os contornos do que se pretende explorar, orientam o investigador na escolha das metodologias de recolha e análise dos dados, e impedem-no de ficar submerso num enorme volume de dados (Eisenhardt, 1989; Flick, 1998; Huberman & Miles, 1994; Mason, 1988). As questões de investigação não têm necessariamente de ser hipóteses (Huberman & Miles, 1994). Alguns autores preferem a utilização do termo “questões de

investigação” ao de “hipóteses” ou “proposições”; uma vez que as abordagens qualitativas formulam questões a serem exploradas e desenvolvidas no processo de investigação, mais do que hipóteses a serem testadas (Mason, 1988). Yin (1989) afirma mesmo que, quando se realiza um estudo de casos, se deve começar tanto quanto possível sem qualquer teoria de base e sem hipóteses para testar, dado que perspectivas teóricas ou proposições prévias podem enviesar e limitar as descobertas. Também Guba e Lincoln (1994) partilham esta posição, afirmando que iniciar a recolha de dados com hipóteses que se pretendem verificar, inibe o processo de descoberta, de criatividade e de pensamento divergente, o que constitui precisamente os aspectos privilegiados pela abordagem qualitativa, ao considerar relevante “criar o conhecimento da realidade” a partir dos dados. No entanto, nesta investigação, partir-se-á de questões de investigação e de algumas hipóteses. Isto porque, na verdade, esta investigação não decorre completamente de um *vacuum* teórico. Muitas das questões não se podem desligar do que Popper designa por “expectação”, ou seja, o princípio da hipótese, o princípio da teoria (Popper & Lorenz, 1990, Popper, 1995).

Apresentamos, na tabela seguinte (quadro 2), as nossas questões de investigação.

Quadro 2.
As Questões de Investigação

<p>I. Satisfação</p>	<ol style="list-style-type: none"> Existem diferenças significativas nos graus de satisfação em função de diferentes tempos de conjugalidade? Existem diferenças significativas nos graus de satisfação em função do género? A satisfação pode variar em função das áreas e processos da vida conjugal?
<p>II. Processos Operativos</p>	<ol style="list-style-type: none"> Existe um padrão característico nos casais da amostra relativamente a: <ol style="list-style-type: none"> Quantidade de comunicação verbal? Em que áreas da vida conjugal? Qual a percepção associada? Qualidade global da comunicação? Frequência de conflitos? Em que áreas da vida conjugal? Qual a percepção associada? Intensidade de Conflitos? Estratégias de Resolução de Conflitos e Eficácia da Resolução? Distribuição de tarefas Domésticas, financeiras e parentais? Qual a percepção associada? Processos de tomada de decisão? Qual a percepção associada? Existem casais que não se enquadram no padrão? Existem casais predominantemente sintónicos relativamente a a), b), c), d), e), f), e g)?
<p>III. Processos Afectivos/ Sentimentos</p>	<ol style="list-style-type: none"> Existe um padrão característico nos casais da amostra relativamente a: <ol style="list-style-type: none"> Designação do sentimento por Amor? Intensidade do Sentimento? Evolução do Sentimento? Factores de Atracção? Modo de Expressão de Sentimentos? Padrões de Vinculação Amorosa? Queixas relativas aos Sentimentos? Queixas relativas à Expressão de Sentimentos? Existem casais que não se enquadram no padrão? Existem casais predominantemente sintónicos relativamente a a), b), c), d), e), f), g) e h)?

Quadro 2 (cont.)
As Questões de Investigação

IV. Processos Afectivos / Intimidade e Compromisso	<ol style="list-style-type: none"> Existe um padrão característico nos casais da amostra relativamente a: <ol style="list-style-type: none"> Auto-revelação e partilha de pensamentos, sentimentos, acções e interesses? Apoio? Empatia? Confiança? Conhecimento mútuo? Identidade de Casal? Equidade? Similitude? Ajustamento mútuo? Interdependência (privacidade, tempos livres, ciúmes, dependência)? Sexualidade (qualidade, frequência, evolução)? Consideração de Alternativas ao cônjuge? Ideias de ruptura? Rupturas? Existem casais que não se enquadram no padrão? Existem casais predominantemente sintónicos relativamente a a), b), c), d), e), f), g, h, i, j, k, l, m, e n?
V. Processos Cognitivos	<ol style="list-style-type: none"> Existe um padrão característico nos casais da amostra relativamente a: <ol style="list-style-type: none"> Percepções do si, do cônjuge e da relação? Expectativas de Eficácia Relacional? Existem casais que não se enquadram no padrão? Existem casais predominantemente sintónicos relativamente a a) e b)?
VI. Tempo ou Percurso de Vida Conjugal	<ol style="list-style-type: none"> O referido em II, III, IV, e V varia em função do tempo de casamento?
VII. Género	<ol style="list-style-type: none"> O referido em II, III, IV, e V varia em função do género?

Quadro 2 (cont.)
As Questões de Investigação

VIII. Interactividade das variáveis	1. A interactividade das variáveis (processos e subprocessos) é fundamental para a compreensão da satisfação?
IX. Metodologia	1. A informação obtida através das escalas utilizadas é semelhante à obtida através das entrevistas? 2. A metodologia de recolha e análise dos dados utilizada permite distinguir áreas de força e de fragilidade ao nível da Qualidade e da satisfação conjugal? 3. A metodologia de recolha e análise dos dados utilizada permite discriminar casais satisfeitos de casais de “satisfação em risco”?

Colocamos algumas hipóteses teóricas gerais decorrentes de estudos prévios sobre a conjugalidade¹⁰. Assim, no âmbito restrito da nossa amostra de casais satisfeitos, esperamos que:

1. Se encontrem padrões de semelhança relativamente aos processos operativos;
2. Se encontrem padrões de semelhança relativamente os processos afectivos/sentimentos;
3. Se encontrem padrões de semelhança relativamente aos processos afectivos/intimidade e compromisso;
4. Se encontrem padrões de semelhança relativamente aos processos cognitivos;
5. A metodologia utilizada permita discriminar áreas de força e de fragilidade na qualidade e na satisfação conjugal, bem como discriminar casais satisfeitos de casais com “satisfação em risco”.

¹⁰ Uma vez que as temáticas subjacentes à formulação das hipóteses foram já amplamente desenvolvidas nos capítulos referentes à Revisão da Literatura, particularmente no capítulo 2, abstermo-nos de justificar teoricamente as nossas hipóteses, o que constituiria uma redundância.

7.1.3. A Estratégia Metodológica de Investigação

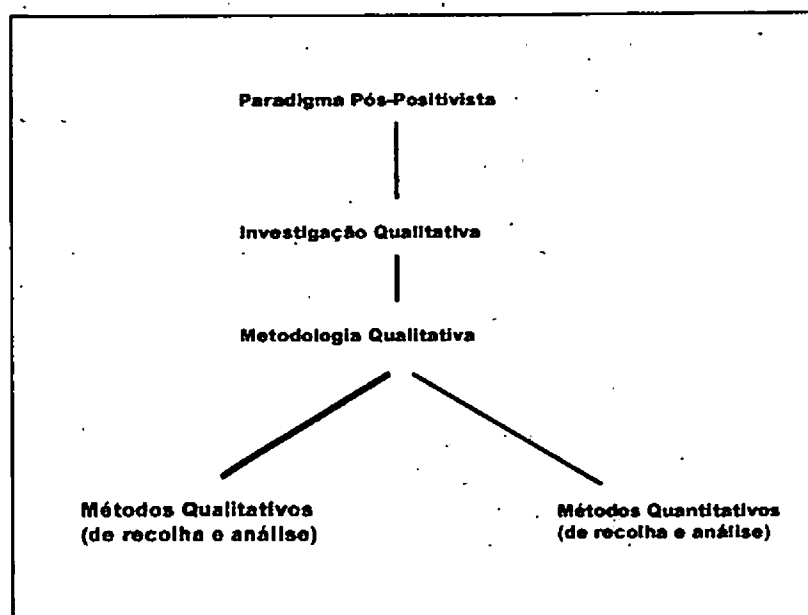


Figura 3

Enquadramento da Estratégia Metodológica da Investigação

Tal como a figura 3 pretende representar, nesta investigação, optou-se por uma metodologia qualitativa com utilização simultânea de métodos qualitativos e quantitativos de recolha e de análise dos dados, muito embora os métodos qualitativos sejam predominantes.

Começaremos, pois, por uma reflexão sobre a metodologia qualitativa que orienta esta investigação - *Grounded Theory* a partir de um *Estudo de casos* -, e descreveremos a seguir os procedimentos específicos relativos aos processos de recolha e de análise dos dados.

7.1.3.1. A *Grounded Theory*

A *grounded theory* é uma metodologia que permite o desenvolvimento de teoria a partir de um processo sistemático e interactivo de recolha e análise dos dados (Strauss, Corbin, 1994), particularmente

adequada quando se pretende investigar processos e significações (Morse, 1994).

Como já anteriormente se referiu, muitos autores consideram que a construção de teoria, tanto quanto possível, não deve estar alicerçada em qualquer teoria de base. Esta era a posição inicial dos autores da *Grounded Theory* - Glaser e Strauss -, a qual foi, contudo, alterada, dado que os próprios autores reconhecem que esta metodologia pode partir de teoria pré-existente, sobretudo quando se trata de áreas que necessitam de maior exploração ou desenvolvimento (Strauss & Corbin, 1994). Outros autores consideram este pré-conhecimento imprescindível para a recolha e análise dos dados (Gummesson, 1991), devendo o investigador demonstrar sensibilidade teórica para poder modificar as suas pré-concepções, se o confronto com os dados assim o sugerir (Chambel, 1998). O que parece mais consonante com a posição Popperiana de que o ponto de partida é sempre uma hipótese ou uma teoria decorrente das nossas “expectações”, “*que nos informam sobre o universo, que nos informam de um modo sempre arriscado e que, muitas vezes, nos informam mal*” (Popper, Lorenz, 1990, p.28). E, contrariamente aos defensores do “vazio teórico prévio”, que afirmam que teorias e hipóteses prévias são limitativas do processo criativo de descoberta, Popper afirma que o *a priori*, as hipóteses, é a criatividade. “*O a priori é a ideia - em parte, naturalmente, em conexão com ideias mais antigas - que surge como nova*” (Popper, 1995, p.65).

A *grounded theory* caracteriza-se pela sua ênfase no desenvolvimento permanente da teoria por um processo circular evolutivo e abductivo, em que há um permanente “diálogo” entre recolha e análise de dados que ocorrem simultaneamente. Assim, os dados recolhidos vão sendo colocados lado a lado, comparados, procuram-se relações entre conceitos,

descobrem-se padrões, ligam-se ideias, emergem teorias; hipóteses, procuram-se novos casos, novos dados que se confrontam com as teorias emergentes. Trata-se, pois, de um processo criativo de descoberta, a qual não ocorre pela mera reunião de elementos singulares, mas sim pela sua interpretação, pela descoberta de significados (Popper, 1995). Esta circularidade é uma das forças da *grounded theory*, “*dado que obriga o investigador a reflectir permanentemente no processo de investigação como um todo, e a reflectir sobre cada um dos passos particulares à luz de outros passos*” (Flick, 1998, p.43).

7.1.3.2. Estudo de Casos

A teoria pode ser construída a partir de um estudo de caso(s). O termo *estudo de caso* justifica-se pelo facto de que “*se pretende aprender algo a partir de um único caso (ou conjunto de casos)*” (Stake, 1994, p.236). O estudo de caso(s) pode ser utilizado com vários objectivos: descrever, explorar ou explicar a partir do estudo de um único ou de vários casos. Na investigação que, aqui, se relata, optou-se por um estudo simultâneo da vários casos - *estudo de casos colectivo* - o que permite, através de uma contínua comparação entre os dados e a teoria, uma melhor compreensão do fenómeno ou da população em causa. Deste modo, cada caso tem uma função instrumental, dado que permite o desenvolvimento da teoria sobre determinada questão (Stake, 1994). A lógica que caracteriza um estudo de casos colectivo, é uma lógica comparativa, permitindo encontrar semelhanças e discrepâncias, ou seja, permite verificar se existe ou não suporte empírico para a teoria que vai emergindo. Envolve, pois, um processo de raciocínio abductivo caracterizado por um movimento lateral, um pôr lado a lado recortes semelhantes de dados de modo a possibilitar “*olhar em volta*

à procura de outros casos que se ajustem às mesmas leis que nós maquinamos para a nossa descrição” (Bateson, 1987, p.129). Resultados não consonantes implicam uma revisão da teoria emergente, e o confronto com um novo conjunto de casos (Bogdan & Biklen, 1992; Eisenhardt, 1989; Lessard-Herbert, Goyette & Boutin, 1994; Strauss & Corbin, 1994; Yin, 1989). O que, segundo Popper (1995), caracteriza o processo criativo de tentativa e erro, em que a tentativa corresponde ao que se presume, à hipótese ou teoria, e o erro, a uma denúncia da presunção, e, portanto, a uma selecção.

7.1.3.3. A Amostra – Selecção e Caracterização

7.1.3.3.1. O Processo de Selecção

Quando a metodologia pela qual se opta é a *Grounded Theory*, a selecção da amostra não segue os parâmetros e técnicas habituais da amostragem estatística. A representatividade estatística é irrelevante, não constituindo um critério de selecção. Os casos são escolhidos por razões teóricas, ou seja, de acordo com o grau em que podem proporcionar nova informação para o desenvolvimento da teoria. A este processo de selecção da amostra denomina-se *amostra orientada pela teoria*¹¹, e os seus autores - Glaser e Strauss - descrevem-na como “o processo de recolha de dados para gerar teoria em que o analista recolhe, codifica e analisa os seus dados e decide que dados recolher a seguir e onde os encontrar, a fim de desenvolver a sua teoria à medida que emerge. Este processo de recolha de dados é controlado pela teoria emergente” (Glaser & Strauss, 1967; in Flick, 1998, p.65). Há, pois, uma ligação directa entre o processo de selecção da amostra, a análise dos dados e as explicações que emergem, sendo a ênfase

¹¹ No original, *Theoretical Sampling*.

colocada na necessidade de construir uma amostra que seja significativa teoricamente, ou seja, que se fundamente em determinadas características que contribuem para o desenvolvimento e avaliação da teoria que emerge. Assim, e em função dos objectivos teóricos, uma amostra com significância teórica deve incluir: *casos típicos* - que se sabe serem típicos ou ocorrerem comumente no universo, contribuindo para o suporte empírico da teoria emergente; *casos atípicos ou desviantes* - considerados teoricamente significativos; *casos críticos* - que permitem tornar especialmente claras as relações a estudar; *variação máxima na amostra* - apesar do número de casos não ser, em geral, grande, a variedade pode ser conveniente para revelar a diferenciação no contexto (Flick, 1998; Mason, 1998).

Morse define ainda alguns critérios de selecção de casos significativos relativamente ao que constituem, numa amostra, “bons informantes”, particularmente, quando o método de recolha de dados é a entrevista: possuírem conhecimento e experiência relativamente ao que se pretende estudar, capacidade de reflectir e articular, tempo para ser entrevistado, e desejarem participar no estudo (Morse, 1994).

Uma outra questão importante relativamente ao processo de selecção da amostra diz respeito ao facto de se decidir, e quando, sobre o tamanho da amostra. A definição da estrutura da amostra é gradual, uma vez que as decisões são tomadas ao longo do processo de recolha e de análise dos dados. Sendo uma amostra orientada para a teoria, como já se referiu, a representatividade estatística é irrelevante. Assim, as amostras qualitativas são geralmente pequenas, e embora não exista um número limite (Flick, 1998; Mason, 1998; Yin, 1989), alguns autores situam o número de casos entre 4 e 10 (Eisenhardt, 1989). Contudo, a “quantidade” não parece ser o critério mais relevante para se decidir sobre o número da amostra,

mas sim o “ponto de saturação teórica”, ou seja, o ponto a partir do qual os dados deixam de introduzir nova informação sobre o processo em estudo (Eisenhardt, 1989; Flick, 1998; Mason, 1998).

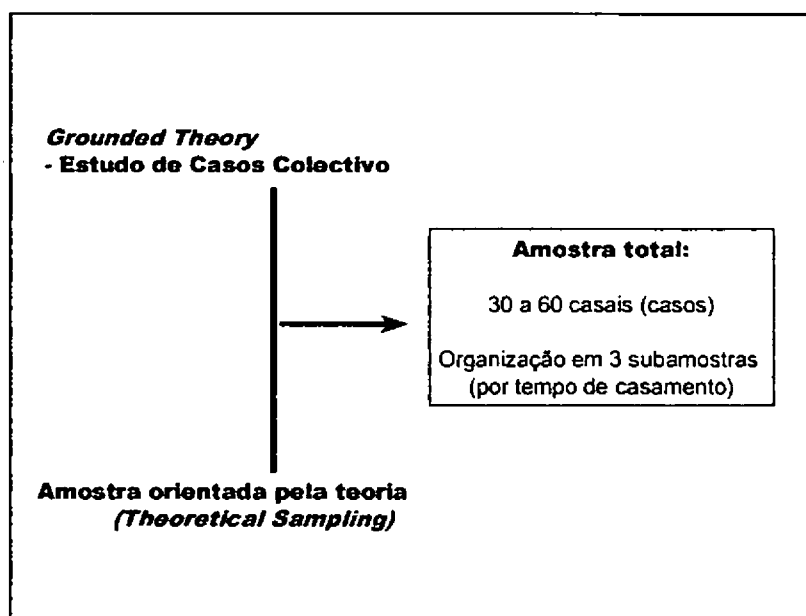


Figura 4
Processo de Selecção da Amostra

A figura 4 pretende explicitar o processo de selecção da amostra da investigação realizada, e a definição inicial da sua estrutura: 30 a 40 casais (cada casal constitui um caso formado por dois elementos), seguindo uma organização em três subgrupos etários de casamento. Assim, previam-se cerca de 10 casos por cada subgrupo da amostra, sendo que o número de casos da amostra final dependeria do ponto de saturação teórica.

O método utilizado para a aquisição da amostra foi o denominado “bola de neve”, método muito comum na pesquisa social, dado que, frequentemente, não existe nenhum recurso apropriado a partir do qual se possa construir uma amostra com determinadas condições, e de acordo com a orientação para a teoria. Neste caso, é o próprio investigador que tem de gerar a sua rede de amostragem. No método “bola de neve”, começa-se,

habitualmente, por uma unidade de amostragem, e pede-se-lhe o contacto com outras que correspondam ao perfil desenhado. (Mason, 1998; Reis *et al*, 1996).

7.1.3.3.2. A Caracterização da Amostra

A amostra é composta por 31 casais (62 sujeitos), sendo, portanto, equitativa quanto ao sexo. Todos estes casais são casados em primeiras núpcias.

Quanto à *idade*, situa-se entre os 21 e os 57 anos, apresentando uma média de 36 anos (com $\sigma \approx 8,9$) e situando-se a mediana nos 35.

No que se refere ao *tempo de casamento*, a média situa-se nos 11,2 anos (com $\sigma \approx 8,8$). O gráfico 1 ilustra a distribuição da amostra pelas três categorias consideradas: *mais de treze anos de casamento* (32,3%), *de sete a treze anos, inclusivé* (29%) e *menos de sete anos* (38,7%). Em média, estes casais tiveram um *tempo de namoro* de 3,5 anos (com $\sigma \approx 2,3$).

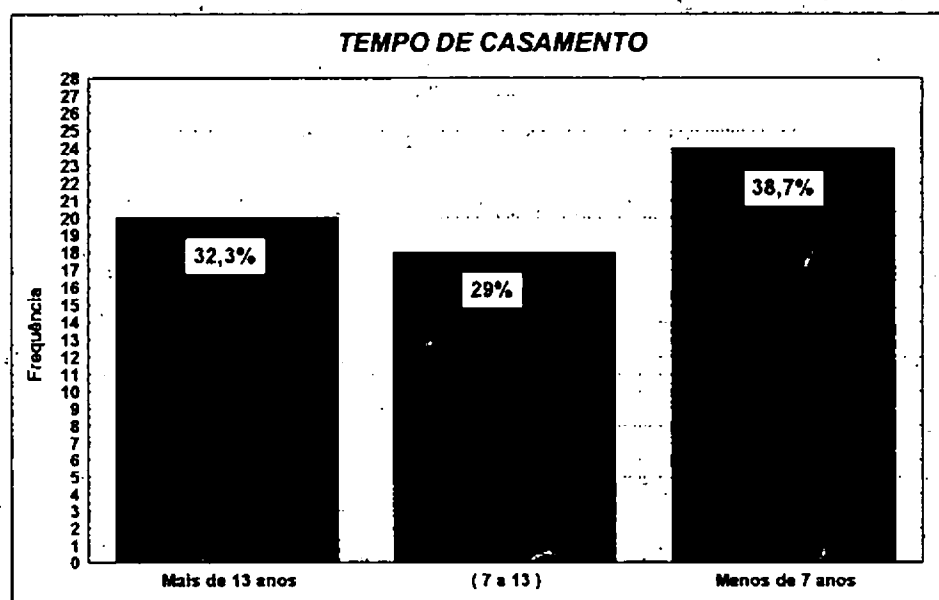


Gráfico 1
Distribuição da Amostra por Tempo de Casamento

Quanto ao *número de filhos*, conforme se pode observar no gráfico 2, 41.9% dos casais têm dois filhos, 25.8% têm um filho, 25.8% não têm ainda nenhum, e 6.5% têm três filhos.

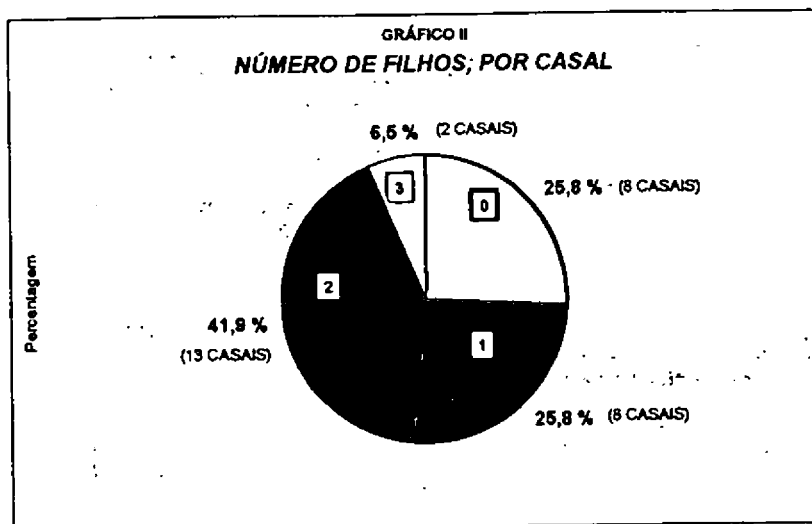


Gráfico 2
Número de Filhas por Casal

No que se refere ao *nível de escolaridade*, conforme discriminado no quadro 3, 72.6% da amostra tem formação superior, no ensino politécnico, ou equivalente (19.4%), ou no universitário (53.2%).

Quadro 3
Distribuição da Amostra Por Nível de Escolaridade

NÍVEL DE ESCOLARIDADE	n	%
Ensino Básico	2	≈ 3.2 %
Ensino Secundário	15	≈ 24.2 %
Ensino Superior (equivalente a Bacharelato)	12	≈ 19.4 %
Ensino Superior (Universitário)	31	50%
Ensino Superior (Pós-Universitário)	2	≈ 3.2 %

7.1.3.4. Os Métodos Utilizados na Recolha de Dados

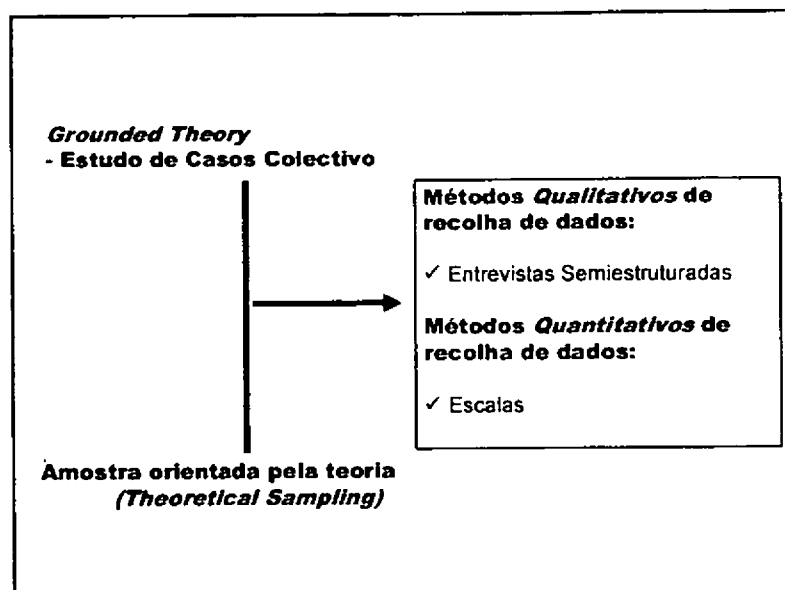


Figura 5
Enquadramento dos Métodos Utilizados

Já anteriormente referimos que, nesta investigação, são utilizados métodos qualitativos - entrevista -, e quantitativos - escalas - de recolha de dados (fig. 5), muito embora os primeiros sejam predominantes:

A entrevista é o principal método de recolha de dados verbais nas metodologias qualitativas, em geral, e na *grounded theory* com utilização de estudo de casos, em particular (Yin, 1989).

Através das entrevistas obtêm-se histórias. “(...) histórias são um meio de conhecer. A raiz da palavra história é a palavra Grega *histor* que significa alguém que é «sábio» e «aprendido». Contar histórias é essencialmente um processo de fazer-sentido” (Seidman, 1991, p.1).

O objectivo da entrevista é, pois, compreender a experiência de outras pessoas e o sentido que dão a tais experiências (Seidman, 1991). As entrevistas semiestruturadas são particularmente úteis, dado que o ponto de vista dos entrevistados é mais facilmente expresso num desenho de

entrevista relativamente aberto do que numa entrevista estandardizada ou num questionário. O investigador constrói um guião de entrevista que possibilita respostas abertas-fechadas, e suficientemente flexível para permitir a recolha de dados relativamente a dimensões não antecipadas, ou para diminuir ou abandonar a exploração de dados em dimensões que não se revelam, afinal, pertinentes. O investigador pode também decidir, no decurso da entrevista, quando e em que sequência coloca as questões. O guião permite também uma maior estruturação dos dados, e a sua posterior comparação (Bogdan & Biklen, 1992; Flick, 1998).

Para que o guião não limite a potencialidade da entrevista enquanto método de recolha de dados, é necessário um elevado grau de sensibilidade do entrevistador à entrevista e ao entrevistado, uma atenção permanente ao que já foi referido e ao que necessita de maior exploração e uma utilização não rígida do guião (Flick, 1998).

As escalas incluem-se nos métodos quantitativos, tendo, por isso, uma lógica diferente da dos métodos qualitativos. Uma integração coerente de métodos com lógicas diferentes só é possível se o investigador abordar as suas questões de investigação a partir de diferentes ângulos, explorando-as, assim, de um modo mais completo e multi-facetado (Mason, 1998). Se for adequado aos objectivos da investigação, cada conjunto de dados - proveniente de cada um dos métodos -, pode ser usado por si só, não sendo obrigatória a sua integração. Contudo, a utilização de cada conjunto de dados pode fornecer uma informação complementar recíproca (Bryman & Burgess, 1995).

7.1.3.4.1. A Utilização da Entrevista Semiestruturada na Investigação

O guião da entrevista foi construído de modo a obter uma informação detalhada sobre o modo como cada cônjuge descreve e experiencia a vida conjugal. Assim, e partindo do mapa conceptual, pretendia-se, sobretudo, investigar, em cada casal, a qualidade da conjugalidade - processos operativos ou comportamentais, afectivos e cognitivos relativamente a cada uma das áreas da vida conjugal -, e as satisfações ou não satisfações a estes inerente. Procurou-se, ainda, questionar sobre alguns factores contextuais que permitissem uma leitura da sua influência na vida conjugal.

Os blocos temáticos da entrevista e respectivos objectivos gerais e específicos encontram-se discriminados no guião previamente elaborado¹². Os blocos temáticos foram organizados de acordo com as áreas da vida conjugal, uma vez que se concluiu ser a estrutura mais adequada.

Antes do início da recolha de dados, foram realizadas entrevistas-piloto a cinco indivíduos (um casal e três mulheres) não pertencentes à amostra final, mas cujo perfil se adequava às condições exigidas pela amostra, de modo a testar a pertinência e adequação do guião, e a servir de treino aos entrevistadores. Na sequência da realização de tais entrevistas-piloto, o guião sofreu algumas reformulações - quer em termos de conteúdo, quer em termos de sequência das questões - até se chegar à versão final. A primeira entrevista-piloto realizada revelou-se excessivamente extensa, dado que incluía questões cuja informação se afastava dos nossos objectivos. Por exemplo, a história do namoro, a decisão do casamento, a reacção das famílias de origem ao namoro e casamento, a influência das famílias de origem em todas as áreas da vida conjugal, a história detalhada

¹² Veja-se o Apêndice relativo ao Guião de Entrevista.

do nascimento e crescimento dos filhos; a identificação dos filhos com os pais, etc. Tal extensão de informação, para além de se afastar dos nossos objectivos, tornaria as entrevistas, a sua transcrição, e a análise de dados demasiado longas, o que não faria sentido num estudo de casos com, pelo menos, sessenta sujeitos. Assim, procedeu-se à reformulação do guião, mantendo-se apenas os conteúdos considerados pertinentes no âmbito dos nossos objectivos. As entrevistas-piloto subsequentes serviram, principalmente, para reformular a estrutura do guião, de modo a se alcançar a informação nodal com maior economia de tempo, e evitando redundâncias, quer no modo de questionar, quer na informação recolhida.

As entrevistas foram realizadas pela investigadora e por uma colaboradora. A colaboradora tinha um conhecimento aprofundado da área de estudo, em geral, e da investigação, em particular.

As entrevistas decorreram no domicílio dos entrevistados ou na F.P.C.E.U.L., tendo uma duração média de duas horas¹³. A decisão relativamente ao local, dia e hora era tomada pelos entrevistados, sendo estes previamente informados do tempo de duração da entrevista. As entrevistas eram realizadas separadamente a cada elemento do casal.

7.1.3.4.2. A Utilização de Escalas na Investigação

Imediatamente antes da realização da entrevista, foram utilizadas as seguintes escalas:

- *Escala de Avaliação da Satisfação em Áreas da Vida Conjugal* (Narciso & Costa 1996);

¹³ O processo de recolha de dados ocorreu, na sua maioria, entre Junho de 1998 e Junho de 1999. Apenas três entrevistas – bem como a respectiva aplicação das escalas – foram realizadas em Março do ano 2000.

- *Questionário de Vinculação Amorosa* (Mena Matos, Barbosa & Costa, 2001)¹⁴;
- *Escala de Índice Único de Avaliação da Satisfação Conjugal Global* (Mena Matos, 1998)¹⁵.

7.1.3.4.2.1. Escala de Avaliação da Satisfação em Áreas da Vida Conjugal (EASAVIC)

A construção desta escala parte do pressuposto de que a satisfação conjugal resulta de uma avaliação subjectiva e pessoal do casamento, não devendo, por isso, ser avaliada a partir de critérios externos aos indivíduos. Assim, concebeu-se um instrumento de auto-avaliação da satisfação que permitisse ser um indicador da satisfação experienciada em várias áreas da vida conjugal, bem como da satisfação conjugal global - pela análise da satisfação referida na totalidade das áreas.

A escala é constituída por 44 itens, os quais se organizam em cinco áreas da vida conjugal relativas à dimensão funcionamento conjugal¹⁶ - Funções Familiares, Tempos Livres, Autonomia, Relações Extrafamiliares, e Comunicação e Conflitos), e a 5 áreas relativas à dimensão amor¹⁷ (Sentimentos e Expressão de Sentimentos, Sexualidade, Intimidade Emocional, Continuidade, Características Físicas e Psicológicas). Do total de itens, 16 têm como foco o casal, 14 focalizam-se no inquirido, e 14 no cônjuge.

¹⁴ No momento de aplicação desta escala - a qual nos foi cedida, em 1998, por comunicação pessoal, pelos seus autores -, não estavam ainda concluídos os estudos de validação da mesma. A data assinalada refere-se à publicação do artigo referente ao estudo psicométrico da escala.

¹⁵ Esta escala - que nos foi cedida em comunicação pessoal, em 1998 - encontra-se ainda em estudo.

¹⁶ Definido como “*modo como se organizam e regulam as relações no holon conjugal e/ou familiar, e relações com sistemas extra-familiares*” (Narciso & Costa, 1996, p.116).

¹⁷ Definido como “*Sentimentos que cada um nutre pelo outro e/ou pela relação, estando, pois, presentes, de um modo mais ou menos explícito, atributos inerentes aos componentes essenciais do amor: paixão, intimidade e investimento/compromisso*” (Narciso & Costa, 1996, p.117).

Trata-se de uma escala de Likert em seis pontos, o que permite que cada indivíduo avalie a sua satisfação entre *Nada Satisfeito* (1), *Pouco Satisfeito* (2), *Razoavelmente Satisfeito* (3), *Satisfeito* (4), *Muito Satisfeito* (5), e *Completamente Satisfeito* (6).

No estudo psicométrico da escala, realizado a partir da aplicação da escala a uma amostra de 219 indivíduos casados, a análise factorial discriminou dois factores principais, sendo que o factor 1 agrupa os itens relativos à dimensão amor, e o factor 2 agrupa os itens relativos à dimensão funcionamento, sendo a correlação entre cada item e o respectivo factor $>.52^{18}$. Os coeficientes alfa encontrados para cada um dos factores são bastante elevados - $>.90$ -, indiciando, assim, uma elevada consistência interna.

O estudo psicométrico revelou, também, que: as correlações internas (entre as várias áreas e o resultado global da escala) são superiores a .60, sendo mais elevadas as correlações que se referem à dimensão amor; a correlação entre os resultados relativos à dimensão amor e os relativos à dimensão funcionamento é superior a .90; as correlações entre as várias áreas da vida conjugal são, de um modo geral, superiores a .50, sendo mais elevadas as correlações entre as áreas relativas à dimensão amor; a correlação entre as duas dimensões é superior a .70; a correlação entre a EASAVIC e uma escala de índice único de avaliação global da satisfação conjugal¹⁹ é superior a .70, sendo que, a correlação entre as áreas relativas à dimensão amor e esta escala é superior à das áreas

¹⁸ Constituem excepções: o item 6 que apresenta uma correlação de .43 com o factor 2; o item 9 que apresenta uma correlação mais fraca com ambos os factores - .34 e .31; o item 14 e o item 15 que se apresentam igualmente saturados em ambos os factores.

¹⁹ Escala frequentemente utilizada por Glenn nos seus estudos sobre qualidade conjugal (veja-se referências de artigos de Glenn em bibliografia).

relativas à dimensão funcionamento e a mesma escala (Narciso & Costa, 1996).

Esta escala, cujo estudo psicométrico revelou fortes índices de validade e garantia, comporta diversas vantagens relativamente a muitas outras escalas que pretendem avaliar a satisfação conjugal. Assim, como já referimos, a EASAVIC permite o estudo da satisfação através de uma auto-avaliação dos indivíduos, sem que se imponham, *a priori*, critérios externos, tal como acontece em inúmeras escalas²⁰. Por exemplo, a frequência de conflitos, a distribuição de papéis, a quantidade de comunicação constituem, em muitas escalas, índices que, por si só, avaliam a satisfação, sem considerar o valor que cada indivíduo atribui a cada um desses aspectos da relação. Esta forma de avaliar a satisfação é reveladora do emaranhamento conceptual, também já analisado, ao longo deste trabalho, nomeadamente, entre qualidade, ajustamento e satisfação conjugal.

A EASAVIC evita também uma concepção de satisfação como utopia, onde aquela é avaliada pela distância entre a satisfação actual e a satisfação ideal²¹.

Uma terceira vantagem da EASAVIC diz respeito ao facto de permitir uma análise da satisfação não apenas globalmente, mas também por áreas da vida conjugal, tendo subjacente uma concepção dinâmica que compatibiliza satisfação e insatisfação. Tal avaliação permite discriminar “áreas de força” e “áreas de fragilidade” ao nível da conjugalidade, podendo, pois, constituir, um elemento válido de diagnóstico ao nível da prática clínica.

²⁰ Consulte-se, por exemplo, Fredman & Sherman (1987) e Tzeng (1993).

²¹ Tal como acontece, por exemplo, na *FACES III* (*Family Adaptability and Cohesion Evaluation Scale*) (Olson, Portner & Lavee, 1988)

O facto dos itens terem focos distintos – a relação, o inquirido, e o cônjuge – possibilita um estudo de cariz mais atribucional relativamente à satisfação ou insatisfação ao longo das várias áreas, o que nos parece útil, quer ao nível da investigação, quer ao nível da prática clínica.

Por último, ao considerar áreas da vida conjugal organizadas em torno de duas dimensões – Funcionamento e Amor –, a EASAVIC tenta ultrapassar um dos limites apontados, na literatura sobre o tema, à avaliação da satisfação: o pouco peso atribuído ao amor no estudo da satisfação.

Contudo, e apesar de todas as vantagens referidas, a EASAVIC não está isenta de limites. O emaranhamento conceptual é ainda nítido, na medida em que se confundem áreas com processos. Por exemplo, as decisões, as responsabilidades, a comunicação, os conflitos, são processos que podem ser observados em qualquer área da vida conjugal, e esta distinção não foi contemplada com rigor na construção da escala.

A valorização pessoal de cada uma das áreas, ou seja, a importância da satisfação em cada área para a satisfação conjugal global, não é tomada em consideração, o que se traduz nalguma relatividade do resultado global da escala. Por exemplo, um grau menos elevado de satisfação na área Relações Extrafamiliares pode não afectar tanto a satisfação conjugal global como um grau menos elevado na área Sentimentos e Expressão de Sentimentos. Contudo, a escala não permite diferenciar as valorizações pessoais, às quais estão implícitos os pressupostos e padrões de cada indivíduo.

Alguns itens podem penalizar erradamente o resultado global da escala, bem como enviesar a sua interpretação. Por exemplo, se um indivíduo referir um grau menos elevado de satisfação conjugal relativamente à

quantidade dos tempos livres; pode pretender “dizer” que gostaria de passar mais tempo com o seu cônjuge, o que, por hipótese, constitui um índice positivo de satisfação com o parceiro e com a relação. Contudo, na “leitura” quantitativa da escala, tal resposta constitui um índice negativo.

A EASAVIC não contempla a área relativa aos Filhos, o que constitui um limite da escala quando aplicada a casais com filhos, dada a influência que estes têm na vida conjugal.

Por último, como em qualquer instrumento quantitativo, a informação que se obtém é sempre limitada, uma vez que não permite o acesso à compreensão dos processos e significações inerentes, neste caso, à satisfação.

7.1.3.4.2.2. Questionário de Vinculação Amorosa (QVA)

O Questionário de Vinculação Amorosa foi construído com o objectivo de avaliar a relação amorosa do adolescente e do adulto numa perspectiva de vinculação, alicerçando-se “nas contribuições teóricas e conceptuais de Bowlby (1973; 1977; 1980) e de Ainsworth (1982; 1989; 1991; Ainsworth & Bowlby, 1991), e no modelo bidimensional de Bartholomew (1990; Bartholomew & Horowitz, 1991)” (Mena Matos, Barbosa & Costa, 2001, p.97). Assim, e de acordo com tais concepções teóricas, as relações de vinculação são definidas como “aquelas relações que são únicas e exclusivas, que constituem importantes recursos na procura de conforto e de apoio, e cuja proximidade física e emocional é desejada sobretudo em situações consideradas ameaçadoras pelo sujeito. São, ainda, aquelas relações que implicam afectos intensos, particularmente em momentos de separação e de perda. Finalmente, são aquelas relações que funcionam como uma base segura, ou seja, que, de forma sustentada, incentivam o que

poderíamos designar de “voo curioso e participado” do sujeito por outros contextos de existência, permitindo-lhe envolver-se em movimentos exploratórios com confiança” (Mena, Matos, Barbosa & Costa, 2001, p.97/98).

O QVA - Forma C é uma escala com 55 itens, tipo Likert, de seis pontos, o que permite uma escolha entre Concordo Totalmente, Concordo, Concordo Moderadamente, Discordo Moderadamente, Discordo, e Discordo Totalmente.

Na construção desta escala, as autoras escolheram 10 dimensões para definir as componentes de vinculação no jovem e no adulto: procura de proximidade (1), ansiedade de separação (2), medo da perda (3), confiança na figura de vinculação para providenciar apoio (4), responsividade (5), exclusividade da relação (6), admiração (7), base segura (8), individualidade (9) e descentração de perspectiva (10). Tais dimensões estão organizadas em dois grandes temas - vinculação (da dimensão 1 à 7) e exploração (da dimensão 8 à 10). A consideração da exploração justifica-se pelo facto da vinculação não ser acessível apenas pelos comportamentos de vinculação, mas também através de comportamentos de exploração. A formulação dos itens foi, ainda, orientada de acordo com o modelo bidimensional de Bartholomew e colaboradores (Matos, Barbosa & Costa, 2001).

A análise factorial²² realizada, a partir da aplicação da escala a uma amostra de 365 participantes - revelou uma estrutura de quatro factores consistentes internamente, e teoricamente interpretáveis de acordo com a teoria da vinculação.

²² O estudo factorial que aqui se descreve refere-se a uma versão anterior da escala, dado que a actual versão - Forma C - se encontra ainda em estudo (Mena Matos, 2001, comunicação pessoal).

O primeiro factor - Desconfiança - é composto por itens - cujas saturações variam entre .59 e .69 - que “avaliam as percepções do sujeito relativamente à responsividade e à sensibilidade do companheiro para satisfazer as necessidades do sujeito, a medida em que este é percebido enquanto fonte de conforto e de apoio e se constitui como base segura de incentivo à exploração” (Mena Matos, Barbosa & Costa, 2001, p.103).

O segundo factor - Dependência - inclui itens - cuja saturação varia entre .47 e .71 - que “avaliam a necessidade de proximidade física e emocional, a ansiedade de separação e o medo da perda” (*Idem*, p.103).

O terceiro factor - Evitamento - é constituído por itens - cuja saturação varia entre .48 e .66 - que “revelam o papel secundário do companheiro amoroso no preenchimento de necessidades de vinculação, bem como a centração do sujeito na sua própria capacidade de resolução de problemas” (*Idem*, p.103).

O quarto factor - Ambivalência - reúne itens - cuja saturação varia entre .41 e .64 - que traduzem “a insegurança do sujeito, expressa, por um lado, numa forte irritabilidade perante situações imprevisíveis e, por outro lado, na dúvida relativamente ao papel que desempenha enquanto figura amorosa, bem como nas suas próprias emoções face ao companheiro” (*Idem*, p.103).

A avaliação da consistência interna da escala revelou valores elevados de coeficiente *alpha* para as 4 dimensões (.90; .88; .87; .75).

Analisaram-se, ainda, as correlações entre os vários factores, tendo-se encontrado correlações significativas e positivas entre eles.

Para averiguar a existência de configurações específicas na organização das dimensões, e testar em que medida os padrões de resultados seriam consistentes com o modelo bidimensional de Bartholomew, foi realizada uma análise de clusters. Tal como se esperava, esta análise evidenciou quatro clusters susceptíveis de serem interpretados à luz do modelo de Bartholomew e colaboradores²³ onde são postulados quatro padrões de vinculação: seguro, preocupado, evitante amedrontado e evitante desligado²⁴.

No cluster 4 encontra-se o grupo de sujeitos com valores menos elevados de ambivalência, e com graus moderados de dependência, evitamento e desconfiança. Este grupo parece corresponder ao padrão de vinculação segura, e caracteriza 25% da amostra.

No cluster 2 encontram-se os valores mais elevados em dependência e os mais baixos de evitamento. Incluem-se também, neste cluster, os indivíduos que têm uma atitude de menor desconfiança face ao parceiro. Estes sujeitos apresentam também maior ambivalência do que os do cluster 4, o que pode significar alguma insatisfação com o apoio que recebem dos parceiros, apesar de revelarem uma forte proximidade com estes. Este cluster parece corresponder ao padrão de Vinculação Preocupada, e caracteriza 39,7% da amostra.

O cluster 1 apresenta valores elevados simultaneamente em desconfiança, dependência e evitamento, assemelhando-se à caracterização do padrão de vinculação Evitante Amedrontada, de acordo com a qual os

²³ A teoria de Bartholomew e colaboradores encontra-se desenvolvida no subcapítulo 2.1.1.1. deste relatório.

²⁴ Mena Matos, Barbosa, e Costa utilizam as designações de Amedrontado e Desinvestido em vez de Evitante Amedrontado e Evitante Desligado. Mantemos, aqui, as designações que foram utilizadas aquando da descrição da teoria de Bartholomew e colaboradores, no subcapítulo 2.1.1.1. deste relatório.

sujeitos desejam tanto como receiam o envolvimento em relações de intimidade. Este cluster abrange 30,7% da amostra.

O cluster 3 inclui o grupo de sujeitos com valores mais elevados de desconfiança e de evitamento, e mais reduzidos de dependência, revelando, pois, a desvalorização de relações de intimidade e um modelo negativo acerca do parceiro, o que corresponde à caracterização do padrão de vinculação Evitante Desligado. Este cluster representa apenas 4,1% da amostra.

Saliente-se que, neste estudo, a distribuição dos sujeitos não coincide globalmente com as que habitualmente se observam nos estudos que utilizaram um sistema de classificação em quatro categorias. As autoras evocam três razões para explicar esta diferença: o método utilizado na classificação dos grupos – a análise de clusters –, por oposição ao recurso directo a medidas categoriais da maior parte dos estudos; os processos desenvolvimentais que caracterizam os adolescentes na abordagem das relações amorosas²⁵; o facto do questionário avaliar relações específicas e não orientações gerais nas relações amorosas, como acontece com a grande maioria dos estudos.

Actualmente, encontram-se em curso outros estudos empíricos com a utilização do QVA, com o objectivo de continuar o processo de validação deste instrumento.

²⁵ As idades dos participantes deste estudo variavam entre os 17 e os 22 anos, situando-se a média em 17,5 anos.

7.1.4. A Análise dos Dados

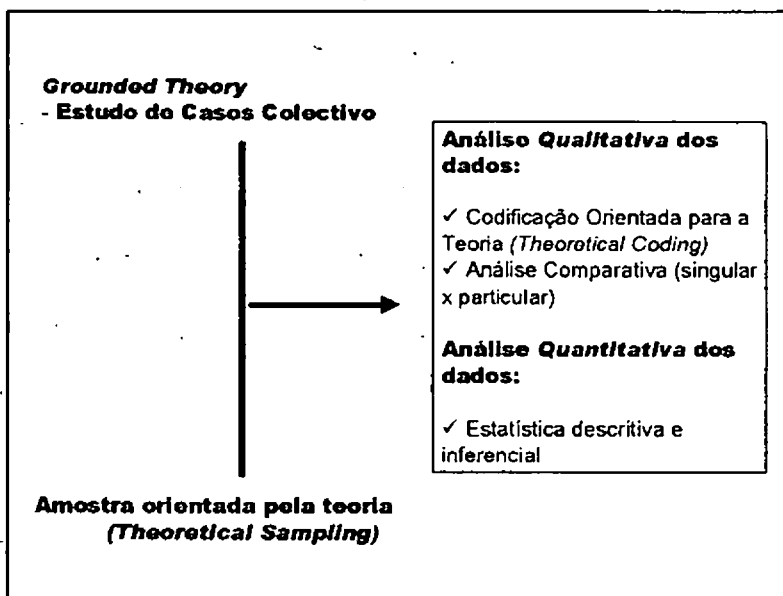


Figura 6 –
Enquadramento da Análise dos Dados

Ao longo da descrição da estratégia metodológica, foi por diversas vezes enfatizada a pertinência e importância da opção por um processo interactivo entre a recolha de dados, a sua análise e a construção de hipóteses/teorias.

A figura 7 pretende representar tal processo nesta investigação.

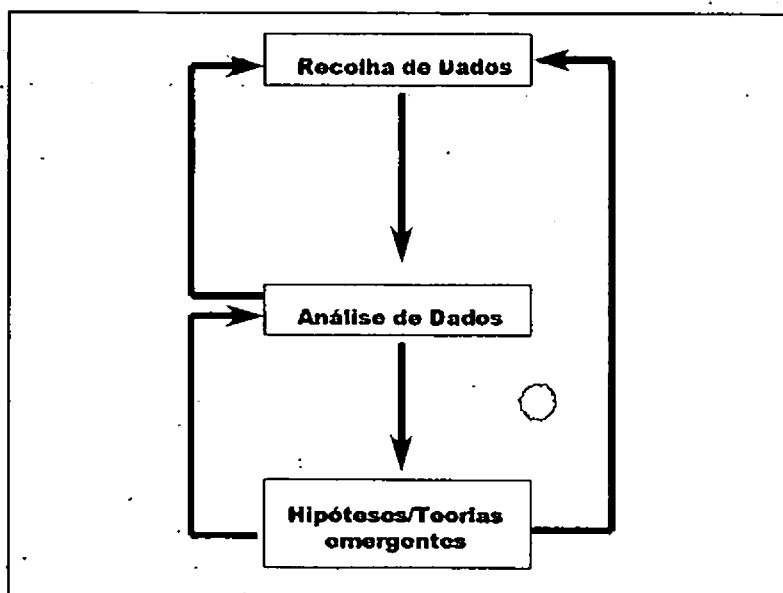


Figura 7 –
Interactividade no Processo de Análise dos dados

7.1.4.1. O Processo de Codificação

A análise dos dados iniciou-se pela sua codificação, utilizando-se como suporte o *software QSR NudIst 4*²⁶. Em coerência com a estratégia metodológica delineada, optámos por um procedimento de análise dos dados designado por *codificação orientada para a teoria*²⁷, introduzido por Glaser e Strauss (1967; *in* Flick, 1998), e posteriormente desenvolvido por estes autores e por Corbin (1978; 1987; 1990; *in* Flick, 1998). Por codificação, entende-se o processo de “representar as operações pelas quais os dados são divididos, conceptualizados, e reunidos de novos modos. É o processo central pelo qual teorias são construídas a partir dos dados” (Strauss & Corbin, 1990; *in* Flick, 1998, p.179). Este processo implica uma comparação constante entre fenómenos, conceitos, casos, e a formulação de questões a seu propósito. Parte-se dos dados e vão-se desenvolvendo teorias num processo de categorização cada vez mais abstracto:

- começa-se por atribuir códigos ao material empírico, inicialmente, com uma ligação tão próxima quanto possível ao texto; estes conceitos são incluídos em *conceitos genéricos* ou categorias – *codificação aberta*;

- elaboram-se redes de relações - verticais e horizontais - entre conceitos e conceitos genéricos ou categorias e conceitos superiores – *codificação axial e selectiva* (Flick, 1998).

²⁶ O *software* utilizado como suporte na análise qualitativa dos dados da investigação que aqui se relata, foi o QSR NudIst - 4 (*Qualitative Solutions and Research - Non-numerical Unstructured Data Indexing Searching and Theorizing*, Melbourne, Austrália). O QSR NudIst-4 está organizado em dois subsistemas interligados por processos de procura: o sistema de documentação (*Document System*) que contém informação sobre cada documento; o sistema de indexação (*Index System*) constituído por uma árvore de nós que contém as categorias construídas pelo utilizador. Os nós devem estar organizados numa árvore hierárquica (*Index Tree*) para ajudar a organizar os dados, clarificar os conceitos e armazenar a sua relação; os processos de procura (*Search Procedures*) permitem procurar quer o documento-texto, quer a sua codificação nos nós para descobrir e explorar padrões e temas, e construir e testar teorias (Richards & Richards, 1996).

²⁷ No original, *theoretical coding*.

A codificação aberta permite a tradução reduzida dos dados em conceitos. “Os conceitos são os blocos básicos da construção de teoria. A codificação aberta na metodologia grounded theory consiste no processo analítico através do qual os conceitos são identificados e desenvolvidos segundo as suas propriedades e dimensões. Os procedimentos através dos quais a análise básica se realiza são: formular questões sobre os dados; e comparar as semelhanças e diferenças entre cada incidente, acontecimento ou outras instâncias do fenómeno. Acontecimentos e incidentes semelhantes são classificados e agrupados para formar categorias” (Strauss & Corbin, 1990, in Flick, 1998, p.182).

Assim, e como se depreende, os dados são inicialmente segmentados em unidades de sentido (palavras ou conjuntos de palavras) e classificados através da atribuição de conceitos, o que pode resultar em centenas de códigos. O passo seguinte consiste em transformar estes códigos em elementos de classes, agrupando-os em categorias de um nível de abstracção superior. Os códigos passam então a representar o conteúdo (os elementos, as propriedades) das categorias (as classes). Estas categorias podem advir da literatura (*códigos construídos*) ou de expressões dos próprios entrevistados (*códigos in vivo*).

A codificação aberta pode ser aplicada em vários graus de detalhe, ou seja, um texto pode ser codificado linha a linha, frase a frase, parágrafo a parágrafo, ou, pode acontecer que o código seja atribuído ao texto completo ou mesmo a todos os textos, o que depende das questões de investigação, do tipo de material, do estilo pessoal do investigador, e da fase da investigação (Flick, 1998).

A codificação aberta foi, então, o primeiro passo do nosso processo de análise: os primeiros textos foram segmentados e classificados, sendo

atribuídos códigos a cada segmento, o que resultou num extenso número de códigos. A seguir, os códigos foram organizados em categorias (sobretudo, construídos a partir da literatura), estabelecendo-se relações hierárquicas entre elas. Esta etapa permitiu a criação da árvore hierárquica no *Nud'Ist*, com os nódulos hierarquicamente organizados, respectivos nomes e números de código, e sua definição operacional²⁶.

Estando os textos introduzidos no *software Microsoft Word*, foi necessária a sua preparação, segmentando-o por unidades codificáveis, de modo a poder ser importado pelo *Nud'Ist* para o Sistema de Documentação. Nesta fase, existiram dois tipos de unidades codificáveis: o texto todo (para códigos demográficos e nome do caso); e unidades mínimas (utilizando-se o critério “resposta à questão colocada”).

Depois dos textos preparados, estes eram introduzidos no Sistema de Documentação do *Nud'Ist*. O Sistema de Indexação permitia, então “chamar” os textos e codificá-los. A codificação dos textos obrigou, frequentemente, à reformulação da árvore hierárquica, alterando a posição dos nódulos, acrescentando e eliminando outros.

Nesta fase de codificação aberta, a utilização do *Nud'Ist* verificou-se pertinente e útil, uma vez que, depois dos textos codificados, garantia o acesso rápido à informação relativa a qualquer caso, ou qualquer número de casos, a qualquer variável, ou qualquer número de variáveis, e a relações entre uns e outros.

Contudo, para as fases seguintes, de codificação axial e selectiva, optámos pela não utilização do *Nud'Ist*, seja porque não dominávamos inteiramente o conhecimento da sua utilização em toda a sua potencialidade,

²⁶ Veja-se o Apêndice relativo à Árvore do *Nud'Ist*.

seja porque nos parecia que a análise que pretendíamos não correspondia àquela que o *NudIst* possibilitava.

A literatura sobre investigação qualitativa permite constatar a opinião unânime de que os computadores, através de *software* específico para a análise qualitativa dos dados, constituem uma ajuda fundamental no processo de investigação, quer no processo de codificação, quer no processo de recuperação dos dados, e de exploração de relações entre categorias ou mesmo entre conjuntos de dados. Contudo, e tal como refere Mason, *“Mas os computadores não podem desempenhar a tarefa criativa e intelectual de criar categorias, ou de decidir que categorias ou tipo de dados são relevantes para o processo a ser investigado, ou o que constitui uma comparação significativa, ou de gerar questões e proposições de investigação com as quais se interrogam os dados, etc. Reconhecer as limitações dos computadores a este respeito, penso eu, é tão importante como apreciar os seus benefícios”* (Mason, 1995, p.108).

A *codificação axial* consiste no processo de estabelecer relações entre subcategorias e categorias. Das inúmeras categorias resultantes do processo de *codificação aberta*, são seleccionadas aquelas que parecem mais promissoras para uma posterior elaboração de relações entre categorias, e entre categorias e subcategorias. Estas categorias e relações entre elas devem ser permanentemente confrontadas com os dados, e revistas, se necessário. Assim, *“o investigador move-se continuamente para trás e para a frente entre o pensamento indutivo²⁹ (desenvolvendo conceitos, categorias*

²⁹ Note-se que esta concepção não é incoerente com a posição Popperiana relativamente ao modo como acedemos às teorias e hipóteses. Popper não rejeita a indução como processo de recolha de elementos da experiência, mas nega-a, isso sim, como uma forma lógica e válida da descoberta da verdade: *“O modo como chegamos à presunção é um assunto totalmente aberto e relativamente insignificante. (...) Quer se chegue a uma presunção bebendo café ou bebendo chá, bebendo whisky ou bebendo cerveja, quer se chegue pela indução neste sentido, isto é, neste vago sentido de indução que não é nenhum modo de conclusão, tudo isso é coisa de somenos”* (Popper, 1995, p.55).

e relações a partir do texto) e o pensamento dedutivo (testando os conceitos, categorias e relações face ao texto, especialmente face a passagens ou casos que são diferentes daqueles a partir dos quais foram desenvolvidos)” (Flick, 1998, p. 183-4).

A *codificação selectiva* consiste na continuação da *codificação axial* mas a um nível de abstracção mais elevado. O objectivo é elaborar a categoria nuclear em torno da qual se desenvolvem, se agrupam e se integram as outras categorias.

Todo este processo de *codificação orientado para a teoria* permite afirmar que: *“Sob estas condições (listando-as) isto acontece, enquanto que sob estas condições, é isto que ocorre”* (Strauss & Corbin, 1990; in Flick, p.185). Assim, a teoria vai emergindo, sendo permanentemente confrontada face aos dados. O processo de análise termina, tal como a integração de novos dados, quando se atinge o ponto de *saturação teórica*³⁰, ou seja, quando o enriquecimento de categorias já não faz sentido por não fornecer novos conhecimentos (Flick, 1998).

7.1.4.1.1. Descrição detalhada dos procedimentos no processo de codificação

Depois de criada, testada, reformulada e re-testada a árvore de códigos do *NudTst*, procedemos, numa primeira fase, à codificação final das unidades de sentido – resposta à questão colocada – de todas as entrevistas. Cada unidade de sentido, sendo uma resposta a uma questão aberta, podia incluir vários códigos.

³⁰ Já referido a propósito do processo de selecção da amostra.

Saliente-se que a árvore de códigos apenas foi utilizada parcialmente, uma vez que, após o último teste, e de acordo com os nossos objectivos e com o mapa conceptual, seleccionámos as categorias que nos pareceram mais relevantes e pertinentes para uma primeira codificação aberta com utilização do *Nud/Ist*. Esta selecção permitiu ultrapassar o risco de uma análise excessivamente fragmentada pouco adequada a um estudo de casos, em particular um estudo comparativo entre um número razoavelmente elevado de casos: 31 casos com 62 participantes. Assim, as categorias seleccionadas³¹ foram as seguintes:

- *Dados Demográficos* - Nome do participante/Caso.
- *Áreas*: Gestão Doméstica; Gestão Financeira; Tempos Livres; Privacidade/Autonomia; Filhos; Família de Origem; Profissão; Rede Social; Sentimentos e Expressão de Sentimentos; Intimidade Emocional; Sexualidade; Continuidade da Relação.
- *Processos Operativos*: Comunicação Verbal (quantidade e erros de comunicação); Frequência de Conflitos; Intensidade de Conflitos; Eficácia de resolução; Reacções aos Conflitos; Distribuição de Tarefas; Processo de Tomada de Decisões.
- *Processos Cognitivos*: Percepção Positiva/Negativa³²; Percepção de Mudança Positiva/Negativa; Percepção de Sintonia/Divergência; Percepção de Ajustamento; Pressupostos: valor atribuído à satisfação em cada área; Expectativas Positivas/Negativas.

³¹ Não referimos aqui as subcategorias, uma vez que se encontram no Apêndice “Árvore de Códigos”.

³² Através do *Nud/Ist*, obtivemos, para cada participante, e em função do total de unidades de sentido em cada entrevista, as percentagens de *percepções globais positivas* (sobre o si, sobre o parceiro, sobre a relação, sobre o parceiro+relação, e sobre o si+parceiro+relação) e de *percepções globais negativas* (sobre o si, sobre o parceiro, sobre a relação, sobre o parceiro+relação, e sobre o si+parceiro+relação). Considerou-se, quer no caso das percepções globais positivas, quer no caso das percepções globais negativas, *Mínima* qualquer percentagem entre 0 e 24%; *Baixa* qualquer percentagem entre 25% e 49%; *Elevada* qualquer percentagem entre 50% e 74%; *Máxima* qualquer percentagem entre 75% e 100%.

➤ *Processos Afectivos*: Sentimentos: designação, intensidade, evolução, factores de atracção; Expressão de Sentimentos; Índices de Intimidade; Auto-Revelação; Apoio; Sentido de “Nós”; Interdependência; Sexualidade; Índice Específico de Compromisso; Consideração de Alternativas.

➤ *Processos Centrífugos*: Queixas relativas à Família de Origem, à Profissão e à Rede Social.

A partir da codificação das unidades de sentido de cada entrevista, iniciámos a segunda fase do processo de análise dos dados - a codificação axial e selectiva -, agora sem o recurso ao *NudIst*. Esta fase corresponde, como já referimos, a uma selecção das categorias e subcategorias utilizadas na codificação aberta para uma posterior elaboração de relações entre elas num percurso de abstracção cada vez maior até se chegar a uma categoria nuclear em torno da qual se desenvolvem, agrupam e integram todas as outras.

Neste processo de codificação axial e selectiva, a unidade codificável deixou de ser a “resposta à questão colocada”, passando a ser o “participante entrevistado”³³.

Assim, procedeu-se à codificação nas seguintes categorias de Primeira Ordem³⁴:

➤ *Comunicação Verbal (Quantidade)* - Numa primeira etapa, cada participante foi codificado relativamente à quantidade de comunicação verbal em cada uma das áreas (Muita (1); Moderada (2); Pouca (3); Ausente (4)).

³³ Esta codificação, como referimos, partiu das unidades de sentido codificadas em cada entrevista, obrigando, por isso, a uma re-leitura e, consequentemente, uma re-análise da codificação no *NudIst*.

³⁴ No processo de codificação axial e selectiva, distinguimos categorias de diferentes ordens em função do seu nível crescente de abstracção.

Esta codificação possibilitou-nos, numa segunda etapa, uma análise quantitativa onde obtivemos:

- a frequência de participantes (e quais) em cada subcategoria relativamente a cada área;
- o valor médio da quantidade de comunicação em cada uma das áreas (no global da amostra, por tempo de casamento, por sexo, por casais com/sem filhos);
- o valor médio relativo à quantidade de comunicação no global das áreas, referida por cada participante. Este valor médio permitiu a classificação de cada participante relativamente à comunicação global (Elevada; Moderada; Baixa)³⁵.

➤ *Percepção relativa à Comunicação Verbal* - Cada participante foi codificado relativamente à sua percepção sobre a comunicação em cada área (Positiva: avaliação predominantemente positiva explícita e/ou implícita na afectividade inerente ao discurso (1); Moderada: caracterizada por avaliações mistas (positivas e negativas) (2); Negativa: avaliação predominantemente negativa explícita e/ou implícita na afectividade inerente ao discurso (3)).

Esta codificação possibilitou-nos, numa segunda etapa, uma análise quantitativa onde obtivemos:

- o valor médio da percepção relativamente à comunicação verbal em cada uma das áreas (no global da amostra, por tempo de casamento, por sexo, por casais com/sem filhos);

³⁵ Considerou-se: “Elevada” a média entre 1 e 1.4 (correspondendo à subcategoria “Muita”) “Moderada” a média entre 1.5 e 2.4 (correspondendo à subcategoria “Moderada”) e “Baixa” a média entre 2.5 e 4 (correspondendo às subcategorias “Pouca” e “Ausente”).

- o valor médio, para cada participante, relativo à percepção sobre a comunicação verbal no global das áreas. Este valor médio permitiu a classificação de cada participante relativamente à percepção global da comunicação verbal (Positiva; Moderadamente Positiva; Moderadamente Negativa; Negativa)³⁶.

➤ *Frequência de Conflitos* - Numa primeira etapa, cada participante foi codificado relativamente à frequência de conflitos em cada uma das áreas (Ausente (1), Rara (2), Moderada (3), Muito Frequente (4), Latente³⁷ (5)).

Esta codificação possibilitou-nos, numa segunda etapa, uma análise quantitativa onde obtivemos:

- a frequência de participantes (e quais) em cada subcategoria relativamente a cada área;

- o valor médio da frequência de conflitos em cada uma das áreas (no global da amostra, por tempo de casamento, por sexo, por casais com/sem filhos);

- o valor médio relativo à frequência de conflitos no global das áreas, referida por cada participante. Este valor médio permitiu a classificação de cada participante relativamente à frequência global de conflitos (Elevada; Moderada; Baixa)³⁸.

➤ *Percepção da Frequência de Conflitos* - Cada participante foi codificado relativamente à sua percepção sobre a frequência de conflitos

³⁶ Considerou-se: "Positiva" a média entre 1 e 1.4; "Moderadamente Positiva" a média entre 1.5 e 1.9; "Moderadamente Negativa" a média entre 2 e 2.4; "Negativa" a média entre 2.5 e 3.

³⁷ Foi aqui considerada a subcategoria "latente", pois apesar de ser de um nível mais qualitativo que quantitativo, foi entendida como "permanente".

³⁸ Considerou-se: "Baixa" a média entre 1 e 2.4 (correspondendo às subcategorias "Ausente" e "Rara"); "Moderada" a média entre 2.5 e 3.4 (correspondendo à subcategoria "Moderada"); "Elevada" a média entre 3.5 e 5 (correspondendo às subcategorias "Muito Frequente" e "Latente").

em cada área (Positiva: avaliação predominantemente positiva explícita e/ou implícita na afectividade inerente ao discurso (1); Moderada: caracterizada por avaliações mistas (positivas e negativas) (2); Negativa: avaliação predominantemente negativa explícita e/ou implícita na afectividade inerente ao discurso (3)).

Esta codificação possibilitou-nos, numa segunda etapa, uma análise quantitativa onde obtivemos:

- o valor médio da percepção relativamente à frequência de conflitos em cada uma das áreas (no global da amostra, por tempo de casamento, por sexo, por casais com/sem filhos);

- o valor médio, para cada participante, relativo à percepção sobre a frequência de conflitos no global das áreas. Este valor médio permitiu a classificação de cada participante relativamente à percepção global da frequência de conflitos (Positiva; Moderadamente Positiva; Moderadamente Negativa; Negativa)³⁹.

➤ *Intensidade de Conflitos* - Cada participante foi codificado relativamente à intensidade dos conflitos em cada uma das áreas (Ligeira: conflitos considerados não perturbadores (1); Grave: conflitos considerados perturbadores (2)).

Esta codificação possibilitou-nos, numa segunda etapa, uma análise quantitativa onde obtivemos:

- a frequência de participantes (e quais) em cada subcategoria.

³⁹ Considerou-se: “Positiva” a média entre 1 e 1.4; “Moderadamente Positiva” a média entre 1.5 e 1.9; “Moderadamente Negativa” a média entre 2 e 2.4; “Negativa” a média entre 2.5 e 3.

➤ *Eficácia de Resolução*: Cada participante foi codificado relativamente à eficácia da resolução dos conflitos em cada uma das áreas (Resolvidos (1); Não Resolvidos (2)).

Esta codificação possibilitou-nos, numa segunda etapa, uma análise quantitativa onde obtivemos:

- a frequência de participantes (e quais) em cada subcategoria.

➤ *Iniciativa de Resolução* - Cada participante foi codificado relativamente à opinião sobre quem toma mais frequentemente a iniciativa para resolver os conflitos (Casal (1); Homem (2); Mulher (3)).

Esta codificação possibilitou-nos, numa segunda etapa, uma análise quantitativa onde obtivemos:

- a frequência de participantes (e quais) em cada subcategoria.

➤ *Reacções aos Conflitos* - Cada casal foi codificado relativamente às reacções (do Casal (1) do Homem (2); da Mulher (3)) mais frequentes aos conflitos: reacções Positivas Activas, Positivas Passivas, Negativas Activas, Negativas Passivas⁴⁰.

Esta codificação possibilitou-nos, numa segunda etapa, uma análise quantitativa onde obtivemos:

- a frequência de participantes homens e mulheres (e quais) em cada tipo de reacção.

⁴⁰ De acordo com a classificação de Rusbult (1991) descrita no subcapítulo deste Relatório relativo aos Processos Operativos. Em cada tipo de reacção foram ainda discriminadas as reacções específicas: Positivas Activas - Diálogo, Utilização do Humor, Pedir Desculpa, Expressão de Sentimentos, Auxílio Externo, Mudança de Comportamento, Acalmar o parceiro, Empatia; Positivas Passivas - Ceder, Esperar, Desdramatizar, Reacção Calma; Negativas Activas - Falar Alto, Gritar, Refilar, Reacção de Irritação, Agressão Verbal, Ironia, Instigação, Agressividade Indirecta, Culpabilizar o Parceiro; Negativa Passiva - Amuar, Evitar o conflito, Chorar, Condescendência Paternalista, Conformismo, Revolta Interior.

➤ *Distribuição de Tarefas* – Cada participante foi codificado relativamente à distribuição de tarefas domésticas, financeiras e parentais (Equitativa: distribuição de tarefas percebida como igual entre marido e esposa (1); Grande Colaboração do Homem: distribuição de tarefas percebida como desigual, mas com grande colaboração do marido (2); Grande Colaboração da Mulher: distribuição de tarefas percebida como desigual, mas com grande colaboração da esposa (3); Moderada Colaboração do Homem: distribuição de tarefas percebida como desigual, mas com colaboração moderada ou variável do marido (4); Moderada Colaboração da Mulher: distribuição de tarefas percebida como desigual, mas com colaboração moderada ou variável da esposa (5); Mínima Colaboração do Homem: distribuição de tarefas percebida como desigual, e com pouca colaboração do marido (6); Mínima Colaboração da Mulher: distribuição de tarefas percebida como desigual, e com mínima colaboração da esposa (7); Colaboração Ausente do Homem: tarefas realizadas exclusivamente pela esposa (8); Colaboração Ausente da Mulher: tarefas realizadas exclusivamente pelo marido (9)).

Esta codificação possibilitou-nos, numa segunda etapa, uma análise quantitativa onde obtivemos:

- a frequência de participantes (e quais) em cada subcategoria relativamente à distribuição de tarefas domésticas, tarefas financeiras e tarefas parentais.

➤ *Percepção da Distribuição de Tarefas* – Cada participante foi codificado relativamente à sua percepção sobre a distribuição de tarefas em cada uma das áreas – doméstica, financeira e parental (Positiva: avaliação predominantemente positiva explícita e/ou implícita na afectividade inerente ao discurso (1); Moderada: caracterizada por

avaliações mistas (positivas e negativas) (2); Negativa: avaliação predominantemente negativa explícita e/ou implícita na afetividade inerente ao discurso (3)).

Esta codificação possibilitou-nos, numa segunda etapa, uma análise quantitativa onde obtivemos:

- o valor médio da percepção relativamente à distribuição de tarefas em cada uma das áreas - doméstica, financeira, parental (no global da amostra, por tempo de casamento, por sexo, por casais com/sem filhos);
- o valor médio, para cada participante, relativo à percepção sobre a frequência de conflitos no global das três áreas. Este valor médio permitiu a classificação de cada participante relativamente à percepção global da distribuição de tarefas (Positiva; Moderadamente Positiva; Moderadamente Negativa; Negativa)⁴¹.

➤ *Processo de Tomada de Decisões* - Cada participante foi classificado relativamente ao processo de tomada de decisões referido nas áreas Gestão Doméstica, Gestão Financeira, Tempos Livres, Privacidade/Autonomia, Filhos, família de Origem, Profissão, Rede Social, Sexualidade e Continuidade da Relação (*Participativo*: referência a decisões tomadas por ambos os cônjuges (1); *Consultivo*: referência a decisões tomadas unilateralmente mas com consulta ao cônjuge ou com preocupação com os interesses do cônjuge ou da relação (2); *Impositivo Casal*: referência a decisões tomadas unilateralmente por ambos sem consulta ou informação prévia ao parceiro, e sem atender aos interesses deste ou da relação (3); *Impositivo Homem*: referência a decisões tomadas unilateralmente pelo homem sem consulta ou informação prévia à parceira, e sem atender aos

⁴¹ Considerou-se: “Positiva” a média entre 1 e 1.4; “Moderadamente Positiva” a média entre 1.5 e 1.9; “Moderadamente Negativa” a média entre 2 e 2.4; “Negativa” a média entre 2.5 e 3.

interesses desta ou da relação (4); *Impositivo Mulher*: referência a decisões tomadas unilateralmente pela mulher sem consulta ou informação prévia ao parceiro, e sem atender aos interesses deste ou da relação (5); *Mista Participativa e Consultiva* (6); *Mista Participativa e Impositiva do Casal* (7); *Mista Participativa e Impositiva do Homem* (8); *Mista Participativa e Impositiva da Mulher* (9); *Mista Consultiva e Impositiva do Casal* (10); *Mista Consultiva e Impositiva do Homem* (11); *Mista Consultiva e Impositiva da Mulher* (11).

Esta codificação possibilitou-nos, numa segunda etapa, uma análise quantitativa onde obtivemos:

- a frequência de participantes (e quais) em cada subcategoria relativamente ao processo de tomada de decisões em cada uma das áreas.

➤ *Percepção relativa ao processo de Tomada de Decisões* - Cada participante foi codificado relativamente à sua percepção sobre o processo de tomada de decisões em cada uma das áreas referidas (Positiva: avaliação predominantemente positiva explícita e/ou implícita na afectividade inerente ao discurso (1); Moderada: caracterizada por avaliações mistas (positivas e negativas) (2); Negativa: avaliação predominantemente negativa explícita e/ou implícita na afectividade inerente ao discurso (3)).

Esta codificação possibilitou-nos, numa segunda etapa, uma análise quantitativa onde obtivemos:

- o valor médio da percepção relativamente ao processo de tomada de decisões em cada uma das áreas referidas (no global da amostra, por tempo de casamento, por sexo, por casais com/sem filhos);

- o valor médio, para cada participante, relativo à percepção sobre a tomada de decisões no global das áreas. Este valor médio permitiu a

classificação de cada participante relativamente à percepção global da tomada de decisões (Positiva; Moderadamente Positiva; Moderadamente Negativa; Negativa)⁴².

➤ *Designação dos Sentimentos* - Cada participante foi codificado relativamente à designação do sentimento pelo parceiro como sendo Amor, bem como relativamente à referência a sentimentos de ciúme.

Esta codificação possibilitou-nos, numa segunda etapa, uma análise quantitativa onde obtivemos:

- a frequência de participantes (e quais) em cada subcategoria.

➤ *Intensidade dos Sentimentos* - Cada participante foi codificado relativamente à intensidade dos sentimentos (Muito Forte: referências indicativas de intensidade muito forte dos sentimentos pelo cônjuge (1); Moderada: referências indicativas de intensidade moderada ou ambígua dos sentimentos pelo cônjuge (2); Fraca: referências indicativas de intensidade fraca dos sentimentos pelo cônjuge (3)).

Esta codificação possibilitou-nos, numa segunda etapa, uma análise quantitativa onde obtivemos:

- a frequência de participantes (e quais) em cada subcategoria;
- o valor médio da intensidade de sentimentos (no global da amostra; por tempo de casamento; por sexo; por casais com/sem filhos).

➤ *Evolução dos Sentimentos* - Cada participante foi codificado relativamente à evolução dos sentimentos (Positiva: percepção positiva do desenvolvimento dos sentimentos (1); Sem Alteração: percepção de não

⁴² Considerou-se: “Positiva” a média entre 1 e 1.4; “Moderadamente Positiva” a média entre 1.5 e 1.9; “Moderadamente Negativa” a média entre 2 e 2.4; “Negativa” a média entre 2.5 e 3.

alteração no desenvolvimento dos sentimentos (2); Negativa: percepção negativa do desenvolvimento dos sentimentos).

Esta codificação possibilitou-nos, numa segunda etapa, uma análise quantitativa onde obtivemos:

- a frequência de participantes (e quais) em cada subcategoria;
- o valor médio relativo à evolução dos sentimentos (no global da amostra; por tempo de casamento; por sexo; por casais com/sem filhos).

➤ *Factores de Atracção* - Cada participante foi classificado relativamente aos factores de atracção pelo cônjuge (Físicos: factores de atracção exclusivamente físicos (1); Psicológicos: factores de atracção exclusivamente psicológicos (2); Extrínsecos: factores de atracção extrínsecos à pessoa do cônjuge (3); Físicos e Psicológicos (4); Psicológicos e Extrínsecos (5)).

Esta codificação possibilitou-nos, numa segunda etapa, uma análise quantitativa onde obtivemos:

- a frequência de participantes (e quais) em cada subcategoria.
- *Queixas sobre Sentimentos* - Cada participante foi classificado relativamente às queixas explícitas sobre sentimentos (queixas referentes ao casal (1); queixas referentes ao homem (2); queixas referentes à mulher (3)).

Esta codificação possibilitou-nos, numa segunda etapa, uma análise quantitativa onde obtivemos:

- a frequência de participantes (e quais) em cada subcategoria.
- *Percepção relativa aos Sentimentos* - Cada participante foi codificado relativamente à sua percepção sobre os sentimentos (Positiva:

avaliação predominantemente positiva explícita e/ou implícita na afectividade inerente ao discurso (1); Moderada: caracterizada por avaliações mistas (positivas e negativas) (2); Negativa: avaliação predominantemente negativa explícita e/ou implícita na afectividade inerente ao discurso (3)).

Esta codificação possibilitou-nos, numa segunda etapa, uma análise quantitativa onde obtivemos:

- a frequência de participantes (e quais) em cada subcategoria;
 - o valor médio relativo à percepção dos sentimentos (no global da amostra; por tempo de casamento; por sexo; por casais com/sem filhos).
- *Expressão dos Sentimentos* - Cada participante foi codificado relativamente a diferentes modos de expressão dos sentimentos - verbal, física, material, ritual, acções/attitudes. Em cada um destes modos de expressão de sentimentos, cada participante foi codificado em função da sua utilização preferencial, ou utilização não preferencial (Pelo Casal: expressão frequente em ambos os cônjuges (1); Pelo Homem: expressão mais frequente no homem (2); Pela Mulher: expressão utilizada mais frequente na mulher (3); Expressão Menor: expressão menos frequente em ambos os cônjuges (4); Inexistente ou Não Referida (5)).

Esta codificação possibilitou-nos, numa segunda etapa, uma análise quantitativa onde obtivemos:

- a frequência de participantes (e quais) em cada subcategoria.
- *Queixas sobre Expressão de Sentimentos* - Cada participante foi classificado relativamente às queixas explícitas sobre a expressão de sentimentos (queixas referentes ao casal (1); queixas referentes ao homem (2); queixas referentes à mulher (3)).

Esta codificação possibilitou-nos, numa segunda etapa, uma análise quantitativa onde obtivemos:

- a frequência de participantes (e quais) em cada subcategoria.

➤ *Percepção relativa à Expressão dos Sentimentos* - Cada participante foi codificado relativamente à sua percepção sobre a expressão dos sentimentos (Positiva: avaliação predominantemente positiva explícita e/ou implícita na afectividade inerente ao discurso (1); Moderada: caracterizada por avaliações mistas (positivas e negativas) (2); Negativa: avaliação predominantemente negativa explícita e/ou implícita na afectividade inerente ao discurso (3)).

Esta codificação possibilitou-nos, numa segunda etapa, uma análise quantitativa onde obtivemos:

- a frequência de participantes (e quais) em cada subcategoria;

- o valor médio relativo à percepção sobre a expressão dos sentimentos (no global da amostra; por tempo de casamento; por sexo; por casais com/sem filhos).

➤ *Necessidade de Apoio* - Cada participante foi codificado relativamente à necessidade de apoio de cada cônjuge (Casal: necessidade igual de apoio em ambos os cônjuges (1); Homem: homem necessita mais de apoio (2); Mulher: mulher necessita mais de apoio (3)).

Esta codificação possibilitou-nos, numa segunda etapa, uma análise quantitativa onde obtivemos:

- a frequência de participantes (e quais) em cada subcategoria.

➤ *Apoio Real Prestado* - Cada participante foi codificado relativamente ao apoio prestado por cada um dos cônjuges (Casal: ambos os

cônjuges igualmente apoiantes (1); Homem: homem mais apoiante (2); Mulher: mulher mais apoiante (3)).

Esta codificação possibilitou-nos, numa segunda etapa, uma análise quantitativa onde obtivemos:

- a frequência de participantes (e quais) em cada subcategoria;

➤ *Percepção da Qualidade de Empatia/Apoio* - Cada participante foi codificado relativamente à sua percepção (do parceiro e da relação) sobre a empatia/apoio⁴³ (Positiva: avaliação predominantemente positiva explícita e/ou implícita na afectividade inerente ao discurso (1); Moderada: caracterizada por avaliações mistas (positivas e negativas) (2); Negativa: avaliação predominantemente negativa explícita e/ou implícita na afectividade inerente ao discurso (3)).

Esta codificação possibilitou-nos, numa segunda etapa, uma análise quantitativa onde obtivemos:

- a frequência de participantes (e quais) em cada subcategoria;

- o valor médio relativo à percepção sobre a empatia/apoio (no global da amostra; por tempo de casamento; por sexo; por casais com/sem filhos).

➤ *Necessidade de Privacidade* - Cada participante foi codificado relativamente à necessidade de privacidade de cada cônjuge (Casal: necessidade igual de privacidade em ambos os cônjuges (1); Homem: homem necessita mais de privacidade (2); Mulher: mulher necessita mais de privacidade (3)).

⁴³ Considerámos, aqui, todas as referências a compreensão, apoio/ajuda, validação, interesse pelas preocupações/actividades/ideias/sentimentos do parceiro.

Esta codificação possibilitou-nos, numa segunda etapa, uma análise quantitativa onde obtivemos:

- a frequência de participantes (e quais) em cada subcategoria.

➤ *Privacidade Real Percebida* - Cada participante foi codificado relativamente à privacidade de cada um dos cônjuges (Casal: privacidade igual em ambos os cônjuges (1); Homem: privacidade maior no homem (2); Mulher: privacidade maior na mulher (3)).

Esta codificação possibilitou-nos, numa segunda etapa, uma análise quantitativa onde obtivemos:

- a frequência de participantes (e quais) em cada subcategoria.

➤ *Percepção do Respeito pela Privacidade* - Cada participante foi codificado relativamente à sua percepção (do parceiro e da relação) sobre o respeito pela privacidade (Positiva: avaliação predominantemente positiva explícita e/ou implícita na afectividade inerente ao discurso (1); Moderada: caracterizada por avaliações mistas (positivas e negativas) (2); Negativa: avaliação predominantemente negativa explícita e/ou implícita na afectividade inerente ao discurso (3)).

Esta codificação possibilitou-nos, numa segunda etapa, uma análise quantitativa onde obtivemos:

- a frequência de participantes (e quais) em cada subcategoria;
- o valor médio relativo à percepção sobre o respeito pela privacidade (no global da amostra; por tempo de casamento; por sexo; por casais com/sem filhos).

➤ *Dependência* - cada participante foi classificado relativamente à explicitação espontânea⁴⁴ de dependência percebida entre os cônjuges (Casal: dependência igual em ambos os cônjuges (1); Homem: homem mais dependente (2); Mulher: mulher mais dependente (3)).

➤ *Percepção dos Tempos Livres* - Cada participante foi codificado relativamente à sua percepção sobre a quantidade e sobre a qualidade dos tempos livres familiares/sociais, tempos livres exclusivos do casal, e tempos livres individuais (Positiva: avaliação predominantemente positiva explícita e/ou implícita na afectividade inerente ao discurso (1); Moderada: caracterizada por avaliações mistas (positivas e negativas) (2); Negativa: avaliação predominantemente negativa explícita e/ou implícita na afectividade inerente ao discurso (3)).

Esta codificação possibilitou-nos, numa segunda etapa, uma análise quantitativa onde obtivemos:

- a frequência de participantes (e quais) em cada subcategoria;
- o valor médio relativo à percepção sobre a quantidade e sobre a qualidade dos tempos livres familiares/sociais, tempos livres exclusivos do casal e tempos livres individuais (no global da amostra; por tempo de casamento; por sexo; por casais com/sem filhos).

➤ *Iniciativa para as relações sexuais* - Cada participante foi codificado relativamente à iniciativa para as relações sexuais (Casal: iniciativa igual em ambos os cônjuges (1); Homem: iniciativa mais frequente do homem (2); Mulher: iniciativa mais frequente da mulher (3)).

Esta codificação possibilitou-nos, numa segunda etapa, uma análise quantitativa onde obtivemos:

⁴⁴ Uma vez que não existia, na entrevista, uma questão explícita sobre dependência, apenas foram codificados os participantes que se referiam espontaneamente à dependência entre os cônjuges.

- a frequência de participantes (e quais) em cada subcategoria.

➤ *Evolução da Sexualidade* – Cada participante foi codificado relativamente à evolução da sexualidade ao longo do tempo de casamento (Positiva: percepção positiva do desenvolvimento da sexualidade (1); Sem Alteração: percepção de não alteração no desenvolvimento da sexualidade (2); Negativa: percepção negativa do desenvolvimento da sexualidade).

Esta codificação possibilitou-nos, numa segunda etapa, uma análise quantitativa onde obtivemos:

- a frequência de participantes (e quais) em cada subcategoria;
- o valor médio relativo à percepção sobre a evolução da sexualidade (no global da amostra; por tempo de casamento; por sexo; por casais com/sem filhos).

➤ *Percepção da Frequência de Relações Sexuais* – Cada participante foi codificado relativamente à sua percepção (do parceiro e da relação) sobre a frequência de relações sexuais (Positiva: avaliação predominantemente positiva explícita e/ou implícita na afectividade inerente ao discurso (1); Moderada: caracterizada por avaliações mistas (positivas e negativas) (2); Negativa: avaliação predominantemente negativa explícita e/ou implícita na afectividade inerente ao discurso (3)).

Esta codificação possibilitou-nos, numa segunda etapa, uma análise quantitativa onde obtivemos:

- a frequência de participantes (e quais) em cada subcategoria;
- o valor médio relativo à percepção sobre a frequência de relações sexuais (no global da amostra; por tempo de casamento; por sexo; por casais com/sem filhos).

➤ *Percepção da Qualidade da Sexualidade* - Cada participante foi codificado relativamente à sua percepção (do parceiro e da relação) sobre a qualidade da sexualidade⁴⁵ (Positiva: avaliação predominantemente positiva explícita e/ou implícita na afectividade inerente ao discurso (1); Moderada: caracterizada por avaliações mistas (positivas e negativas) (2); Negativa: avaliação predominantemente negativa explícita e/ou implícita na afectividade inerente ao discurso (3)).

Esta codificação possibilitou-nos, numa segunda etapa, uma análise quantitativa onde obtivemos:

- a frequência de participantes (e quais) em cada subcategoria;
- o valor médio relativo à percepção sobre a qualidade da sexualidade (no global da amostra; por tempo de casamento; por sexo; por casais com/sem filhos).

➤ *Similitude* - Cada participante foi codificado relativamente à similitude percebida entre os cônjuges (Elevada: predomínio de referências (e/ou observações do conteúdo das respostas às questões) a semelhanças entre marido e esposa (1); Moderada: inexistência de predomínio de semelhanças ou de diferenças (2); Fraca: predomínio de referências (e/ou observações do conteúdo das respostas às questões) a diferenças entre marido e esposa (3)).

Esta codificação possibilitou-nos, numa segunda etapa, uma análise quantitativa onde obtivemos:

- a frequência de participantes (e quais) em cada subcategoria;

⁴⁵ Considerámos, aqui, o desejo e o prazer relativo à sexualidade. Na entrevista, as questões sobre a sexualidade começavam com a exploração das significações de “sexualidade” e de “satisfação sexual” para o inquirido, respeitando-se as aceções pessoais dos conceitos, para além de permitir, no futuro, um estudo sobre pressupostos, significações, metáforas e mutualidade conjugal.

• o valor médio relativo ao nível de similitude (no global da amostra; por tempo de casamento; por sexo; por casais com/sem filhos).

➤ *Ajustamento* – Cada participante foi codificado relativamente ao ajustamento entre o casal⁴⁶ (Fácil: predomínio de referências (e/ou observações do conteúdo das respostas às questões) a um ajustamento mútuo sem grandes dificuldades (1); Moderado: Referências (e observações) a algumas dificuldades ou a variabilidade no ajustamento mútuo (2); Difícil: referências (e observações) a grandes dificuldades no ajustamento mútuo (3)).

Esta codificação possibilitou-nos, numa segunda etapa, uma análise quantitativa onde obtivemos:

- a frequência de participantes (e quais) em cada subcategoria;
- o valor médio relativo ao nível de ajustamento (no global da amostra; por tempo de casamento; por sexo; por casais com/sem filhos).

➤ *Identidade de Casal* – Cada participante foi codificado relativamente à identidade de casal⁴⁷ (Elevada: observação de uma forte identidade de casal (1); Moderada: observações mistas ou pouco claras quanto à identidade de casal (2); Fraca: observação de uma identidade de casal frágil (3)).

Esta codificação possibilitou-nos, numa segunda etapa, uma análise quantitativa onde obtivemos:

- a frequência de participantes (e quais) em cada subcategoria;

⁴⁶ Foi aqui considerada a resolução de conflitos e problemas, a descrição dos processos de tomada de decisões, o estabelecimento e cumprimento de regras explícitas e implícitas, a aceitação de características do parceiro consideradas menos positivas, etc.

⁴⁷ Foi aqui considerada o conhecimento mútuo, e o sentido de “nós” (valorização da história da relação, envolvimento comum e partilhado, sentido de cumplicidade, sentido de união, integração do si na relação e da relação no si).

- o valor médio relativo ao nível de identidade de casal (no global da amostra; por tempo de casamento; por sexo; por casais com/sem filhos);

- *Consideração de Alternativas* - Cada participante foi codificado relativamente à consideração de alternativas ao parceiro ou à relação (Não Consideração de Alternativas (1); Ambiguidade: resposta pouco clara, com contradições, dúvidas ou indecisões (2); Consideração de Alternativas (3)).

Esta codificação possibilitou-nos, numa segunda etapa, uma análise quantitativa onde obtivemos:

- a frequência de participantes (e quais) em cada subcategoria.

- *Ideias de Ruptura* - Cada participante foi codificado relativamente à ocorrência de ideias de ruptura (Inexistentes (1); Existentes/Não Perturbadoras (2); Existentes/Perturbadoras (3)).

Esta codificação possibilitou-nos, numa segunda etapa, uma análise quantitativa onde obtivemos:

- a frequência de participantes (e quais) em cada subcategoria.

- *Rupturas* - Cada participante foi codificado relativamente à existência de rupturas conjugais anteriores (Inexistentes (1); Existentes (2)).

- *Expectativas de Eficácia* - Cada participante foi codificado relativamente às expectativas de eficácia da relação (Positivas: expectativas predominantemente positivas (1); Moderadas: expectativas ambíguas ou variáveis (2); Negativas: expectativas predominantemente negativas (3)).

Esta codificação possibilitou-nos, numa segunda etapa, uma análise quantitativa onde obtivemos:

- a frequência de participantes (e quais) em cada subcategoria;
- o valor médio relativo às expectativas de eficácia (no global da amostra; por tempo de casamento; por sexo; por casais com/sem filhos).

As categorias de Segunda Ordem surgiram a partir de relações entre algumas das categorias de Primeira Ordem, e foram definidas de acordo com a reflexão sobre a revisão de literatura realizada, e sintetizada nos capítulos relativos ao Estudo Teórico deste relatório.

➤ *Qualidade da Comunicação* - Para a codificação de cada participante relativamente à qualidade da comunicação (Positiva (1); Moderada (2); Negativa (3)), foram consideradas as respectivas codificações em Quantidade de Comunicação Verbal, Percepção da Comunicação, Frequência de Conflitos, Percepção da Frequência de Conflitos, Intensidade de Conflitos, Estratégias de Resolução de Conflitos, e Eficácia de Resolução. Na avaliação da Qualidade da Comunicação, foi considerado menos relevante a Quantidade de Comunicação e as Estratégias de Resolução de Conflitos, uma vez que, à medida que se procedia às codificações e à sua análise se constatava que estas duas categorias não pareciam influenciar as percepções sobre o parceiro e a relação.

Esta codificação possibilitou-nos, numa segunda etapa, uma análise quantitativa onde obtivemos:

- a frequência de participantes (e quais) em cada subcategoria;
- o valor médio relativo à qualidade da comunicação (no global da amostra; por tempo de casamento; por sexo; por casais com/sem filhos).

➤ *Equidade* - Para a codificação de cada participante relativamente à equidade (Elevada (1); Moderada (2); Fraca (3)), foram consideradas as

respectivas codificações em Percepção da Distribuição de Tarefas e Percepção do Processo de Tomada de Decisões.

Esta codificação possibilitou-nos, numa segunda etapa, uma análise quantitativa onde obtivemos:

- a frequência de participantes (e quais) em cada subcategoria;
- o valor médio relativo à Qualidade da Equidade (no global da amostra; por tempo de casamento; por sexo; por casais com/sem filhos).

As categorias de Terceira Ordem surgiram a partir de relações entre algumas das categorias de Primeira Ordem e as de Segunda Ordem, e foram definidas de acordo com a reflexão sobre a revisão de literatura realizada, e sintetizada nos capítulos relativos ao Estudo Teórico deste relatório.

➤ *Auto-Revelação/Partilha* - Para a codificação de cada participante relativamente à Qualidade da Auto-Revelação/Partilha (Positiva (1); Moderada (2); Negativa (3)), foram consideradas as respectivas codificações em Qualidade da Comunicação, Modos de Expressão de Sentimentos, Percepção da Expressão de Sentimentos, Queixas relativas à Expressão de Sentimentos, Percepção da Empatia/Apoio, Percepção da Qualidade e da Quantidade dos Tempos Livres Familiares/Sociais e dos Tempos Livres do Casal. Para a avaliação da Auto-Revelação/Partilha foi considerado menos relevante os Modos de Expressão de Sentimentos, uma vez que, à medida que se procedia às codificações e à sua análise se constatava que esta categoria não parecia influenciar significativamente as percepções sobre o parceiro e a relação. Foi também considerado pouco relevante a Percepção da Quantidade de Tempos Livres, uma vez que as análises revelavam que a maioria dos participantes

apresentava percepções negativas associadas aos tempos livres que traduziam não uma queixa sobre o parceiro ou sobre a dinâmica da relação, mas sim uma queixa específica relativa à falta de tempos livres.

Esta codificação possibilitou-nos, numa segunda etapa, uma análise quantitativa onde obtivemos:

- a frequência de participantes (e quais) em cada subcategoria;
- o valor médio relativo à Qualidade da Auto-Revelação/Partilha (no global da amostra; por tempo de casamento; por sexo; por casais com/sem filhos).

➤ *Apoio Emocional* - Para a codificação de cada participante relativamente à Qualidade do Apoio Emocional (Positiva (1); Moderada (2); Negativa (3)), foram consideradas as respectivas codificações em Qualidade da Comunicação, Percepção da Empatia/Apoio e Identidade de Casal.

Esta codificação possibilitou-nos, numa segunda etapa, uma análise quantitativa onde obtivemos:

- a frequência de participantes (e quais) em cada subcategoria;
- o valor médio relativo à Qualidade da Empatia/Apoio (no global da amostra; por tempo de casamento; por sexo; por casais com/sem filhos).

As categorias de Quarta Ordem surgiram a partir de relações entre algumas das categorias de Primeira Ordem, de Segunda Ordem e de Terceira Ordem, e foram definidas de acordo com a reflexão sobre a revisão de literatura realizada, e sintetizada nos capítulos relativos ao Estudo Teórico deste relatório.

➤ *Confiança* - Para a codificação de cada participante relativamente à Qualidade da Confiança (Positiva (1); Moderada (2); Negativa (3)), foram consideradas as respectivas codificações em Auto-Revelação, Percepção Global Positiva do Parceiro+Relação⁴⁸, Percepção Global Negativa do Parceiro+Relação⁴⁹, Expectativas Positivas. Considerou-se ainda, embora com menor relevância, os dados obtidos em cada uma das dimensões⁵⁰ do *QVA (Questionário de Vinculação Amorosa)*.

Esta codificação possibilitou-nos, numa segunda etapa, uma análise quantitativa onde obtivemos:

- a frequência de participantes (e quais) em cada subcategoria;
- o valor médio relativo à Qualidade da Confiança (no global da amostra; por tempo de casamento; por sexo; por casais com/sem filhos).

➤ *Mutualidade* - Para a codificação de cada participante relativamente à Qualidade da Mutualidade (Positiva (1); Moderada (2); Negativa (3)), foram consideradas as respectivas codificações em Identidade de Casal, Equidade, Auto-revelação, Similitude, e Ajustamento.

Esta codificação possibilitou-nos, numa segunda etapa, uma análise quantitativa onde obtivemos:

- a frequência de participantes (e quais) em cada subcategoria;
- o valor médio relativo à Qualidade da Mutualidade (no global da amostra; por tempo de casamento; por sexo; por casais com/sem filhos).

⁴⁸ Dados obtidos através da codificação no Nud'Ist.

⁴⁹ *Idem*.

⁵⁰ Considerou-se *Mínima* qualquer média (de cada conjunto de itens referentes a cada dimensão) entre 1 e 2,4; *Baixa* qualquer média entre 2,5 e 3,4; *Elevada* qualquer média entre 3,5 e 4,4; *Máxima* qualquer média entre 4,5 e 6.

Emergiu uma categoria de Quinta Ordem a partir de relações entre algumas das categorias de Primeira Ordem, de Segunda Ordem, de Terceira Ordem e de Quarta Ordem, a qual foi definida de acordo com a reflexão sobre a revisão de literatura realizada, e sintetizada nos capítulos relativos ao Estudo Teórico deste relatório.

➤ *Interdependência* - Para a codificação de cada participante relativamente à Qualidade da Interdependência (Positiva (1); Moderada (2); Negativa (3)), foram consideradas as respectivas codificações em Apoio Emocional, Mutualidade, Percepção da Quantidade e Qualidade dos Tempos Livres Individuais, Percepção do Respeito pela Privacidade, e referência a sentimentos de Ciúme. Foram ainda considerados os dados obtidos nas dimensões Dependência e Evitamento do *QVA (Questionário de Vinculação Amorosa)*. Foi considerado pouco relevante a Percepção da Quantidade de Tempos Livres Individuais, uma vez que as análises revelavam que a maioria dos participantes apresentava percepções negativas associadas aos tempos livres que traduziam não uma queixa sobre o parceiro ou sobre a dinâmica da relação, mas sim uma queixa específica relativa à falta de tempos livres individuais.

Esta codificação possibilitou-nos, numa segunda etapa, uma análise quantitativa onde obtivemos:

- a frequência de participantes (e quais) em cada sub-categoria;
- o valor médio relativo à Qualidade da Mutualidade (no global da amostra; por tempo de casamento; por sexo; por casais com/sem filhos).

Procurámos, ainda, para cada participante, levantar hipóteses relativas aos padrões predominantes de Vinculação Amorosa⁵¹, considerando,

⁵¹ Tal como são definidos por Bartholomew e Horowitz (1991) - Seguro, Preocupado, Evitante, Amedrontado e Evitante Desligado.

especificamente, as codificações em Mutuality, Respeito pela Privacidade, Necessidade de Privacidade, Privacidade Real percebida, Percepção Global Positiva do Si, do Parceiro, e do Parceiro+Relação, Percepção Global Negativa do Si, do Parceiro, e do Parceiro+Relação, e os resultados obtidos nas dimensões do QVA (*Questionário de Vinculação Amorosa*).

Emergiu, então, uma *Categoria Nodal de Primeira Ordem* a partir de relações entre categorias de Primeira⁵², Segunda, Terceira, Quarta, e Quinta Ordens, a qual foi definida de acordo com a reflexão sobre a revisão de literatura realizada, e sintetizada nos capítulos relativos ao Estudo Teórico deste relatório.

➤ *Intimidade* - Para a codificação de cada participante relativamente à Intimidade (Positiva (1); Moderadamente Positiva (2); Moderada (3); Moderadamente Negativa (4) e Negativa (5)⁵³), foram consideradas as respectivas codificações em Percepção de Sentimentos, Auto-Revelação/Partilha, Apoio Emocional, Confiança, Mutuality, Interdependência e Sexualidade.

Esta codificação possibilitou-nos, numa segunda etapa, uma análise quantitativa onde obtivemos:

- a frequência de participantes (e quais) em cada subcategoria;
- o valor médio relativo à Intimidade (no global da amostra; por tempo de casamento; por sexo; por casais com/sem filhos).

⁵² As categorias de Primeira Ordem aqui consideradas foram as relativas à Sexualidade - Percepção sobre a Frequência de Relações Sexuais e Percepção sobre a Qualidade da Sexualidade. Foi criada uma categoria abrangente destas últimas - Percepção da Sexualidade - com base na avaliação daquelas.

⁵³ Uma vez que esta categoria é já uma Categoria Nodal, distinguimos cinco níveis de avaliação para permitir uma diferenciação mais fina entre os vários casais. A avaliação *Positiva* de Intimidade implicava a avaliação *Positiva* em pelo menos 6 dos 7 índices de Intimidade.

Emergiu, então, finalmente, a *Categoria Nodal de Segunda Ordem* a partir de relações entre categorias de Primeira Ordem, e a *Categoria Nodal de Primeira Ordem*, a qual foi definida de acordo com a reflexão sobre a revisão de literatura realizada, e sintetizada nos capítulos relativos ao Estudo Teórico deste relatório.

➤ *Compromisso Pessoal* - Para a codificação de cada participante relativamente ao Compromisso Pessoal (Forte (1); Moderadamente Forte (2); Moderado (3); Moderadamente Fraco (4) e Fraco (5)⁵⁴), foram consideradas as respectivas codificações em Intimidade, Consideração de Alternativas, Expectativas de Eficácia, Ideias de Ruptura, e Rupturas. Considerou-se de menor relevo a categoria Rupturas, dado que estas ocorreram apenas em dois dos casais, e dizem respeito a uma situação específica do passado.

Uma vez que, à partida, todos os casais se referiram como satisfeitos, não incluímos a Satisfação na avaliação do Compromisso Pessoal. Contudo, na Discussão dos Resultados, proceder-se-á a uma análise mais detalhada da satisfação, através dos resultados globais e parciais obtidos na *EASAVIC*⁵⁵ (*Escala de Avaliação da Satisfação em Áreas da Vida Conjugal*).

Esta codificação possibilitou-nos, numa segunda etapa, uma análise quantitativa onde obtivemos:

⁵⁴ Uma vez que esta categoria é uma *Categoria Nodal*, distinguimos cinco níveis de avaliação para permitir uma diferenciação mais fina entre os vários casais. A avaliação de Compromisso Forte implicava uma avaliação de Intimidade pelo menos *Moderadamente Positiva* e Consideração de Alternativas *Ausente*.

⁵⁵ A partir desta escala, e para cada sujeito, obtiveram-se os resultados médios globais, e os resultados médios parciais relativos aos conjuntos de itens referentes à Dimensão Amor, à Dimensão Funcionalidade, ao Foco na Relação, ao Foco no Parceiro, e ao Foco no Si.. Foi considerada *Mínima* qualquer média entre 1 e 2.4; *Baixa* qualquer média entre 2.5 e 3.4; *Elevada* qualquer média entre 3.5 e 4.4; *Máxima* qualquer média entre 4.5 e 6. Foi também analisado, para cada participante, quais os itens com classificações extremas positivas (5 e 6) e negativas (1 e 2). Estes resultados são ainda complementados com os resultados na Escala de Índice Único de Avaliação da Satisfação Conjugal Global.

- a frequência de participantes (e quais) em cada subcategoria;
- o valor médio relativo ao Compromisso pessoal (no global da amostra; por tempo de casamento; por sexo; por casais com/sem filhos).

Este processo de análise, onde se pretendeu uma permanente articulação entre os dados e a teoria prévia⁵⁶, permitiu-nos chegar a resultados, para cada caso (e cada participante), que possibilitam uma análise sistémica e complexa de alguns Processos Operativos ou Comportamentais - Comunicação, Conflitos, Resolução de Conflitos e Controlo Relacional -, de Processos Cognitivos - Percepção, e Expectativas -, e dos Processos Afectivos - Sentimentos, Intimidade e Compromisso Pessoal-, uma vez que possibilita a análise de cada um dos processos *per si* (parte ou *on*), e simultaneamente, a compreensão do jogo interactivo entre os processos (todo ou *holos*).

Deste processo de análise emergem, pois, primeiras hipóteses teóricas a partir da rede de relações - representada na figura 8 -, entre as várias categorias:

1. Intimidade e Compromisso Pessoal são processos nodais da conjugalidade, uma vez que integram todos os outros processos centrípetos.

2. O Compromisso Pessoal é o processo nodal de maior nível de abstracção, uma vez que integra já a Intimidade.

3. Não é possível compreender a Intimidade sem o entendimento dos Sentimentos, dos Processos Operativos ou Comportamentais, e dos Processos Cognitivos.

4. Não é possível compreender o Compromisso Pessoal sem o entendimento da Intimidade, e, conseqüentemente, dos Sentimentos, Processos Operativos e Cognitivos. A compreensão do Compromisso exige

⁵⁶ Veja-se os capítulos de Síntese Teórica deste relatório.

ainda a análise de outros índices específicos tais como a consideração de alternativas e a satisfação.

5. Sendo a Intimidade e o Compromisso Pessoal factores nodais, e uma vez que se incluem nos Processos Afectivos, estes são, então, Processos Nodais da Conjugalidade, uma vez que integram os demais processos.

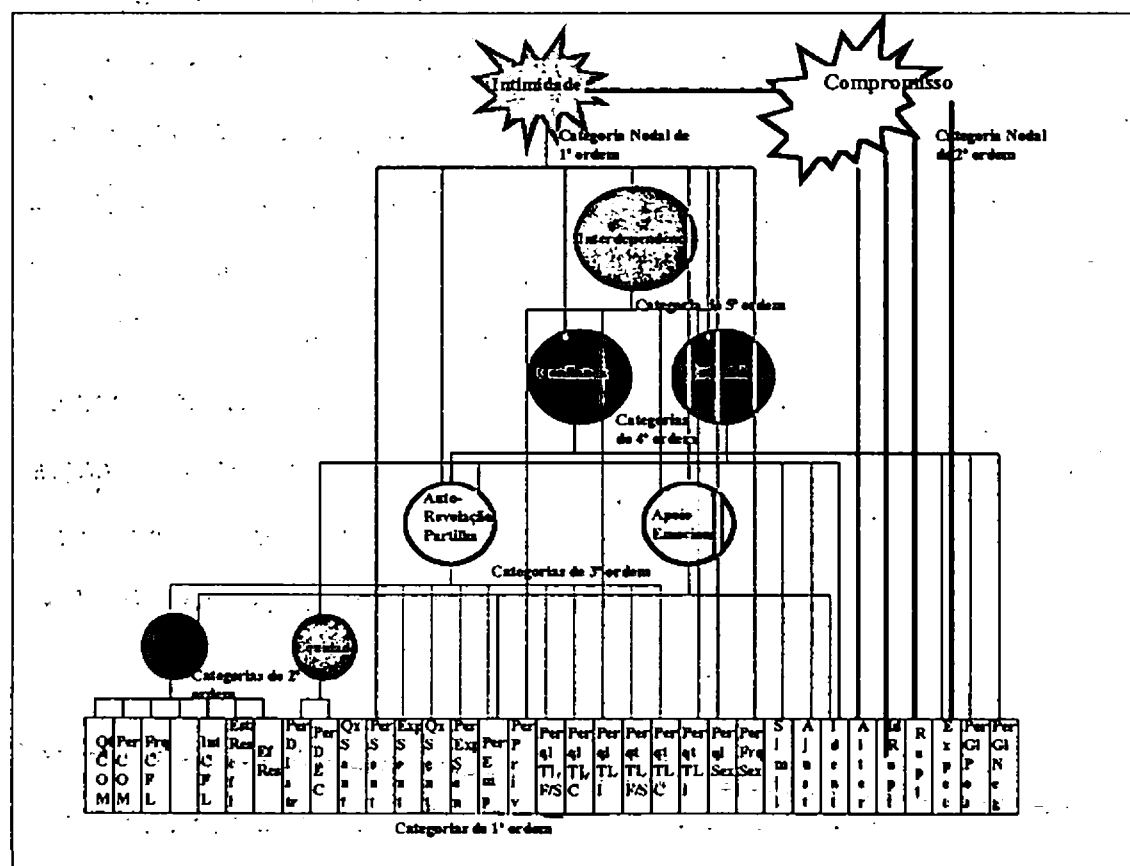


Figura 8
Rede de Relações Categrais⁵⁷

⁵⁷ Significado das abreviauras utilizadas na figura: Qx COM: Quantidade de Comunicação; Per COM: Percepção sobre a Comunicação; Frq CFL: Frequência de Conflitos; Per CFL: Percepção sobre os Conflitos; Int CFL: Intensidade dos Conflitos; Estr Res: Estratégias de Resolução de Conflitos; Ef Res: Eficácia da Resolução; Per Distr: Percepção sobre a Distribuição de tarefas; Per DEC: Percepção sobre o Processo Decisional; Qx Sent: Queixas sobre os Sentimentos; Per Sent: Percepção sobre os Sentimentos; Exp Sent: Expressão de Sentimentos; Qx Sent: Queixas sobre os Sentimentos; Per Emp: Qualidade da Empatia; Per Priv: Respeito pela Privacidade; Per q1 TL F/S: Percepção sobre a Qualidade dos Tempos Livres Familiares e Sociais; Per q1 TL C: Percepção sobre a Qualidade dos Tempos Livres exclusivos do Casal; Per q1 TL I: Percepção sobre a Qualidade dos Tempos Livres Individuais; Per q1 TL F/S: Percepção sobre a Quantidade dos Tempos Livres Familiares e Sociais; Per q1 TL C: Percepção sobre a Quantidade dos Tempos Livres exclusivos do Casal; Per q1 TL I: Percepção sobre a Quantidade dos Tempos Livres Individuais; Per q1 Sex: Percepção sobre a qualidade da Sexualidade; Per Frq Sex: Percepção sobre a Frequência das Relações Sexuais; Similit: Similitude; Ajust: Ajustamento; Ident: Identidade Conjugal; Alter: Consideração de Alternativas; Id Rupt: Ideias de Ruptura; Rupt: Rupturas; Expec: Expectativas; Per Gl Pos: Percepções Globais Positivas; Per Gl Neg: Percepções Globais Negativas.

7.1.4.2. A Análise Comparativa – análise circular evolutiva entre o singular e o particular⁵⁸

A análise do *singular*, ou seja, de cada caso enquanto entidade única, permite uma leitura interpretativa holística de cada caso, emergindo padrões idiossincráticos, tentativas de explicação de processos intra-caso. A análise do *particular* consiste na comparação da primeira unidade com a segunda unidade analisada, e assim sucessivamente. Após a análise dos primeiros casos, emerge uma estrutura temática – padrões – que é confrontada com o estudo de novos casos, possibilitando, assim, a sua reformulação sempre que surgem aspectos novos ou contraditórios (Flick, 1998). Está-se, pois, ao nível de uma lógica analítica circular evolutiva “orientada para o caso” em que as explicações derivam das análises e comparações das unidades holísticas (casos), e não das partes ou temas ou variáveis (Eisenhardt, 1989; Mason, 1998). Se as análises dos casos mostram que uma determinada variável é essencial para a compreensão da área em estudo, é então pertinente um estudo transversal dessa variável ao longo de todos os casos (Flick, 1998).

Na procura de padrões ao longo dos casos, corre-se o risco de enviesamentos no processamento de informações. Para contrariar esta possibilidade, Eisenhardt (1989) sugere que se seleccionem pares de casos e que se listem as semelhanças e diferenças entre cada par. Deste modo, é possível investigar diferenças e semelhanças subtis entre os casos. A justaposição dos casos aparentemente semelhantes, e a procura, neles, de diferenças, e a justaposição de casos diferentes, procurando, nestes, as semelhanças, impede a compreensão simplista, e aumenta a credibilidade da

⁵⁸ Entenda-se por *singular* o estudo intra-caso e por *particular* o estudo inter-casos.

teoria que vai emergindo. Estas “comparações forçadas” (Eisenhardt, 1989) podem gerar novas categorias que o investigador não tinha antecipado.

As hipóteses emergentes através desta análise comparativa são continuamente confrontadas com a evidência de cada caso, devendo ser revistas, reformuladas ou rejeitadas. A procura de instâncias negativas, ou seja, das unidades ou casos que não estão de acordo com as hipóteses ou teorias emergentes aumentam o rigor da análise e reforçam a sua ressonância teórica (Flick, 1998; Mason, 1998).

No nosso estudo, cada caso é composto por dois elementos, o que implicou a análise dos dados relativos a cada um dos elementos, numa procura da sua compreensão idiossincrática e holística. Após a análise de cada um dos elementos, elaborou-se um estudo comparativo entre eles, de modo a chegar à compreensão do caso (casal) como um todo.

Passou-se, então, à análise dos dados relativos ao segundo casal, realizando-se o mesmo estudo singular e holístico, e assim por diante. Os vários casos foram sendo comparados entre si. Organizaram-se os casos por grupos em termos das suas semelhanças e diferenças relativamente às relações e padrões que se encontravam ao nível das variáveis em estudo. Analisaram-se as diferenças no grupo semelhante, e as semelhanças no grupo diferente - que poderemos designar por *meta-comparação* -, numa tentativa de realizar uma análise mais fina e rigorosa.

A análise de cada caso, as comparações entre estes, e as meta-comparações permitiram as respostas às questões de investigação, o confronto com as hipóteses prévias, e o gerar de algumas novas hipóteses. As hipóteses prévias, o conhecimento emergente, e as novas hipóteses foram sendo confrontados com os dados de cada caso, procurando-se particularmente os casos aos quais não se adequavam, de modo a permitir

um maior rigor na sua aceitação, reformulação ou rejeição. A análise (e a recolha) terminou a partir do momento em que deixou de gerar novos conhecimentos (ponto de saturação teórica). A figura seguinte pretende ilustrar este processo de análise.

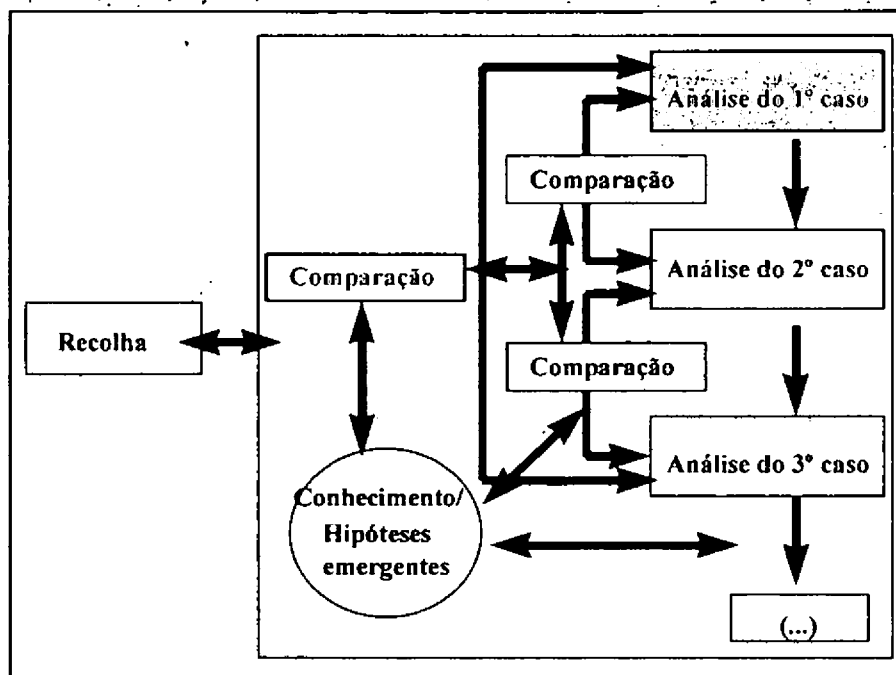


Figura 9
Processo de Análise Comparativa

7.1.4.3. A Análise Quantitativa dos Dados

Como anteriormente se referiu, a utilização de métodos de recolha e de análise quantitativa dos dados não é incompatível com uma Investigação Qualitativa. Pelo contrário, a Triangulação de Métodos pode ser útil ao processo de validação da Investigação, quer recorrendo, simultaneamente, a escalas e entrevistas, quer usando análises quantitativas em dados obtidos a partir de métodos qualitativos. Tal triangulação alarga os ângulos de análise, complementado-os, e enriquecendo o conhecimento.

Assim, a análise quantitativa dos dados, utilizando o *software Statistica/W*, envolveu estatística descritiva (frequências absolutas e/ou relativas, médias e desvios-padrão, medianas) e inferencial, paramétrica ou não-paramétrica, consoante o tipo de escalas das variáveis, dimensão dos grupos em comparação, e cumprimento, ou não, dos pressupostos de normalidade e homogeneidade de variâncias.

Na descrição das variáveis, em termos de valores médios, foram observados os casos que se pareciam destacar em relação à média do grupo e testado o nível de significância da respectiva diferença.

Para a análise de diferenças entre grupos, pré-definidos na amostra ou emergidos da análise qualitativa, recorreu-se ao teste *t* (ou, em alternativa não-paramétrica, Mann-Whitney), à análise de variância (ou Kruskal-Wallis) e, ainda ao teste de Qui-quadrado.

A relação entre as variáveis implicadas no estudo foi observada a partir da análise de correlações de Pearson (ou de Spearman).

Procedeu-se também a uma análise de *clusters* que, partindo de critérios decorrentes da análise qualitativa, permitiu verificar a existência de diferentes classes de objectos (neste caso, de participantes) relativamente a diversas variáveis em função das semelhanças entre as propriedades em cada classe, e das diferenças entre diferentes classes.

CAPÍTULO 8

DESCRIÇÃO SUMÁRIA DA ANÁLISE QUALITATIVA DE RESULTADOS

A análise comparativa inter-casos revela claramente três aspectos que merecem uma reflexão particular:

a) Em todos os casais é possível distinguir “zonas de maior fragilidade” e “zonas de força”, quer ao nível dos processos conjugais, quer ao nível de áreas da vida conjugal sobre as quais aqueles incidem.

b) É possível distinguir dois grupos de casais: um grupo - que denominaremos *grupo sem risco* - onde se verificam índices nítidos de qualidade e satisfação conjugal, e um grupo - que designaremos por *grupo de risco* - onde surgem índices evidentes de menor qualidade e satisfação conjugal;

c) Os casais do *grupo sem risco* apresentam, de um modo global, padrões semelhantes ao nível dos processos operativos, cognitivos e afectivos.

8.1. Análise das Singularidades – Descrição Sumária de Cada Caso

Procederemos, agora, a uma descrição sumária da análise de cada caso – ilustrada com citações retiradas das entrevistas –, evidenciando, em particular, as “zonas de força” e “zonas de fragilidade” em cada um dos casais do grupo sem risco, e do grupo de risco.

Grupo Sem Risco

Caso 1/2

Trata-se de um casamento de 15 anos, marcado por um período de ruptura (separação).

Neste casal, é evidente a qualidade positiva da relação bem como a satisfação conjugal¹ (mulher: *“mas é um quadro que te inspira paz, equilíbrio, não está lá tudo, mas aquele quadro tu olhas e não te limitas a ver ali, vês tudo o que está para lá da imagem. Representa por um lado o equilíbrio e a beleza da natureza, por outro lado tem uma mulher com um filho ao colo, ou seja, não serei eu, mas será o amor na sua forma mais pura, e não está ali nada que não devesse estar, nem falta ali nada de essencial”*); (homem: *“Tudo verde. Porque é a minha cor preferida. Acho que é uma cor bonita, é uma cor que, tal como o azul, é bonita, são duas cores, é evidente prefiro o verde, mas para mim tudo aquilo que é verde... tudo o que é bonito é verde”*).

A qualidade da relação e a satisfação conjugal são, frequentemente, associadas, por ambos os cônjuges, a mudanças positivas na relação decorrentes da ruptura (*“Acho que gosto mais dele agora, porque de há uns*

¹ Em todos os casais, ilustraremos a qualidade e a satisfação conjugal com as respostas dos entrevistados à última questão colocada na entrevista, onde se lhes pedia que descrevessem uma imagem, preferencialmente sem elementos humanos, que retratasse, tanto quanto possível, a sua relação conjugal.

tempos para cá...nós não falávamos muito, depois é que começámos a falar cada vez mais, e porque acho que houve situações na minha vida, nomeadamente com os filhos e tudo, que ele mostrou ser muito mais sensível do que pensava, e como nós falamos muito mais agora, acho que ele me ajuda muito mais agora, inclusivamente, antes era capaz de perguntar à minha irmã, agora a primeira pessoa com quem falo é com ele”); (“(...) estou convencido que nos últimos 5, 6 anos as coisas estão relativamente compostas para melhor (...) sim, as coisas estão melhores depois da ruptura, porque o que levou à ruptura ficou resolvido, como tudo ficou resolvido, os problemas que existiam foram ultrapassados, houve a possibilidade de se ser mais coerente e se calhar mais honesto”).

Saliente-se a grande sintonia entre os cônjuges, e o nível elevado de intimidade do casal (mulher: “(...) tomamos decisões em conjunto, normalmente temos as mesmas opiniões, gostamos das mesmas coisas (...) não sei se é de nos conhecermos há muito tempo, mas eu acho que nós estamos cada vez mais parecidos (...) muitas vezes, chegamos à conclusão de que gostamos das mesmas coisas (...) por exemplo, chegamos a um museu, já tem acontecido, chegamos a uma sala cheia de quadros, e aquele quadro que eu gosto mais é aquele que ele gosta mais (...) às vezes basta um olhar para saber se estamos os dois a pensar na mesma coisa (...) mas talvez que nós temos uma relação de cumplicidade, mesmo estando no meio de cinquenta pessoas, nós conseguimos com um olhar fazer funcionar essa nossa cumplicidade”); (homem: “(...) há uma sintonia quase perfeita entre os dois nesse aspecto, ela diz para se fazer assim (...) e se ela prefere assim, tudo bem, não me chateia absolutamente nada (...) eu penso que nesse aspecto somos muito semelhantes, muito semelhantes, há uma grande conjugação, com uma grande proximidade (...) e que me completa em algumas partes (...) posso ter uma amiga mas essa amiga não me completa naquilo que eu quero,

que eu acho que a M me completa’), e o forte compromisso pessoal patente em ambos os cônjuges (“(...) e vejo a minha vida com ele, uma das coisas que eu dizia às pessoas, quando estava zangada com ele, é que me fazia alguma confusão, porque sempre sonhei envelhecer ao lado dele, sempre sonhei que ele ia ser um daqueles velhos casmurros e que eu ia estar com ele, e naquele momento parecia-me quase impossível como é que afinal não ia estar com ele, não era assim que devia ser, porque eu achava que devia estar...”); (“(...) acho que a M é a mulher ideal para mim (...).”)

A área da família de origem e a área da rede social parecem ser aquelas que originam mais conflitos, estando os primeiros associados, pela mulher, a percepções negativas, e constituindo, por isso, zonas de maior fragilidade (“Às vezes, é chato, às vezes há situações de conflito, porque há coisas com que eu não concordo, e ele acha que eu estou a ver mal o problema, e há coisas com que ele não concorda, e pronto, às vezes chateamo-nos. Às vezes, isso acontece, isso sim, isso acontece”).

Caso 3/4

Trata-se de um casamento de 24 anos, marcado por um período de ruptura (separação).

Neste casal, é evidente a qualidade positiva da relação bem como a satisfação conjugal (mulher: “uma aventura, uma cena de aventura”; homem: “Um cruzeiro... Porque é dinâmico, há movimento, é imprevisto”).

A ruptura é associada a mudanças positivas na relação e no homem (“(...) as relações extraconjugais que da minha parte já houve. Mas contei sempre. Eu tive uma fase... eu tive assim umas relações esporádicas, do tipo «one-day», mas sempre contei, não sei se fiz bem ou mal. Mas há uns anos

atrás eu apaixonei-me mesmo por uma outra pessoa, eu contei-lhe, e eu estava muito indeciso, saí de casa e foi muito violento, mas nunca fiz assim coisas escondidas. Foi uma longa história, não vale a pena contar, mas saí, senti-me... não me consegui desligar emocionalmente da minha mulher, e para mim é muito confuso manter relações... eu pensava que era possível, mas percebi que não era possível andar em dois caminhos ao mesmo tempo”). (“Nós tivemos um problema... e portanto, eu acho que foi bom, quer dizer, o diabo seja surdo, mas acho que de certa maneira foi bom, porque ele ficou mais cuidadoso comigo, e eu se calhar com ele também. Isto é a longo prazo, na altura ele quebrou um bocado (...) mas nesse aspecto ele tornou-se mais cuidadoso comigo e eu também com ele, pronto, pensar que é preciso demonstrar ao outro”)

Neste casal, salientamos como “forças” a qualidade positiva da comunicação, a intensidade dos sentimentos (“Olhe a maneira de ele rir... Ele próprio, a barriga, até o ser gordinho agora, ele mudou fisicamente, eu também, mas ele também, porque ele era magro e agora não é, mas eu gosto muito da barba dele, dos olhos, e da cor do cabelo também, embora nunca tivesse gostado de homens louros. Ele é muito inteligente, eu acho-o muito engraçado porque, pronto, embora seja muito distraído em certas coisas, eu acho isso muito engraçado, muito despassarado (...) acho que é uma coisa que cativa, o despassaramento. Eu acho que ele comunica muito bem, e é bom estar com ele, sei lá...”). (“São muitas coisas. Tudo o que nós passámos, as dificuldades, as coisas que nos ligam, em termos físicos, também, há coisas físicas... depois há uma coisa engraçada... Gosto do cabelo preto dela. E há uma coisa muito engraçada... eu gosto do cheiro dela, o cheiro dela... Acho que não conseguia viver com uma mulher que não pudesse cheirar. Mais... temos muitas coisas em comum, passámos por muitas dificuldades, por muitas coisas... a maneira de ser, eu acho que gosto dela como ela é, ela é

diferente, e eu gosto como ela está. Eu gosto quando ela se ri, o cheiro, o cabelo... gosto... ela é uma boa pessoa, não é capaz de fazer mal às pessoas, pode apoiar muito quando a gente necessita. Comprometimento, não é?, existe um certo comprometimento”), a auto-revelação/partilha, o apoio emocional, a mutualidade, e a sexualidade (mulher: “Pronto, eu acho que agora houve um ajustamento que no princípio não havia. Nós agora conhecemo-nos muito bem, e sabemos o que um gosta, o que o outro não gosta, a maneira de estar. Antigamente, era aquela... no princípio, eu acho que foi sempre muito químico, e ainda é, é sempre uma coisa muito bonita, connosco foi sempre muito assim, mas agora há um conhecer bem, há uma estabilidade, e há um conhecer bem um ao outro. E isso faz com que seja melhor, eu acho que sim, embora seja conhecido, não é?, eu acho que sim, eu pelo menos gosto”). (homem: “sempre pensei que a apetência sexual diminuía com a idade, mas de facto não tem diminuído... é estranho!”).

Como principais “fragilidades”, destacamos: um maior sentido crítico por parte do homem, o que se traduz por uma frequência mais baixa de percepções positivas sobre a relação e sobre a parceira, e, conseqüentemente, por uma confiança menor do que a da mulher; também, por parte do homem, uma percepção menos positiva das fronteiras entre o casal com maior necessidade de privacidade e individualidade, e de menor dependência e ciúmes da mulher, o que se reflecte numa qualidade apenas moderada da interdependência (“Ah, sim, há aí um problema. Por exemplo, eu acho que há tempos livres que podemos passar em conjunto, mas se um não pode, o outro pode passar sozinho. E aí a minha mulher, por exemplo, quer ir ao cinema, e eu não posso porque não tenho tempo. Eu digo-lhe para ela ir, mas ela diz «Ah, sozinha não me apetece». Pode acontecer isso. Eu não tenho assim grandes problemas se a minha mulher não puder, embora seja raro acontecer, pronto, se ela não pode, eu vou sozinho, ou com outras

peessoas. Ela tem mais... gosta mais de passar comigo exclusivamente. É isso, não fazia mal nenhum se quando eu não posso, a minha mulher fosse sozinha ou com outras pessoas (...) Ela vai pouco sozinha (...) Por exemplo, saio às vezes à noite, apetece-me sair com amigos, mas ela pergunta «Vais sozinho, vais com não sei quem?» (...) Desejava que houvesse mais autonomia da parte dela, sim senhor”); as queixas mútuas ao nível da expressão de sentimentos (“(...) gosto de me sentir apreciada, e se calhar às vezes não sou muito, pelo menos não é muito demonstrado, se calhar eu gostava mais, o H diz que eu sou muito carente... Mas pronto, ou então é a minha insegurança, se calhar é a minha insegurança, não sei (...) só queria que ele expressasse mais o que sente, mas eu também percebo que isso é uma questão de tempo e de disponibilidade (...) eu acho que podia demonstrar mais às vezes. Ele é muito carinhoso, muito meigo, etc., mas pronto, quando está no seu trabalho, está no seu trabalho, uma pessoa sente-se um bocadinho posta de lado, não é?, ele diz que isto é falta de... que isto é carência de mais, e se calhar é (...)”); (Às vezes, ela acha que eu podia ligar mais... Eu também não sei porque é que ela diz isso... que eu podia ligar mais, que eu podia dar mais atenção a ela, é engraçado, eu já lhe disse isso... Mas é talvez uma forma de ela se expressar. Já falámos, mas eu não entendi... por exemplo, se falo muito com as outras pessoas, ela acha que eu devia ligar mais a ela...”); (“Minha mulher aí tem mais dificuldade. Eu pergunto, tenho sempre de perguntar”) e um compromisso pessoal do homem que considerámos apenas moderadamente forte dadas as “fragilidades” referidas ao nível da intimidade, e a ambiguidade manifestada quanto à consideração de alternativas (“Eu digo que «Sempre não sei, mas neste momento gosto muito de estar contigo». Não posso dizer daqui a dez anos, não é?”)

Estas “fragilidades” estão a par de uma menor sintonia neste casal nos aspectos que salientámos.

Caso 5/6

Trata-se de um casamento de 30 anos.

Neste casal, é evidente a qualidade positiva da relação bem como a satisfação conjugal.

Saliente-se a grande sintonia do casal, e especificamente, a intensidade dos sentimentos (*“É muito intenso, muito intenso (...) eu sinto no meu marido uma pessoa incrível, deposito muita confiança e ainda se poderá dizer um grande amor”*). (homem: *“Não sei, é uma magia qualquer (...)”*) e a sua evolução (mulher: *“(...) eu acho é que isto tem sido uma aprendizagem, tem havido tumultos (...) e tem havido dificuldades geridas melhor ou pior, mas o que mudou é o que está a mudar para melhor (...) tenho a impressão de que é muito melhor agora do que numa fase anterior (...) se eu tivesse um gráfico acho que era isto, é uma linha de aprendizagem que tem vindo a subir, a subir, se calhar há-de chegar o momento... não sei, não adivinho... que continua numa linha assim”*); (homem: *“(...) quando se é novo existe uma carga muito grande de egoísmo, e nós estamos ainda convencidos de que acontece, e que a outra pessoa nos pertence. À medida que o tempo vai andando, nós vamos ficando mais unidos, no sentido verdadeiro da palavra, e queremos encontrar a nossa liberdade dando a liberdade dos outros, portanto a única coisa que poderia existir, passou a ser diferente, suavemente diferente (...) tornou-se mais livre, mais livre, mesmo muito mais interessante, (...) o que agora existe é de facto um sentimento de liberdade muito grande (...)”*), bem como, de um modo geral, um elevado nível de intimidade (mulher: *“(...)e, sobretudo, isto é resultante da capacidade que nós encontrámos ao longo da vida não de olhar um para o outro, mas de olhar as mesmas coisas na mesma direcção (...)”*); (homem: *“(...)e o modo a dois de o fazer (...) tenho talvez um certo exagero em falar de nós como falo de eu, a*

relação é uma pessoa ou é pelo menos um espírito”), e um forte compromisso pessoal em ambos os cônjuges (“não sei qual é o modelo ideal, eu não sei se estou na relação ideal, para mim tem sido boa comparativamente a outros casos que vejo dá-me impressão que a minha relação é boa é suficientemente boa, não sei é se é a ideal eu não visualizo, não imagino a relação ideal”); (“não, não sei acho que não criei um modelo, não estou a ver assim ninguém que tenha o relacionamento que nós temos, não têm, são boas pessoas, são ótimos casais, mas depois têm uma maneira diferente de gerir, cada um tem o seu dinheiro, cada um pensa, não é são diferentes, não é como nós, nós temos uma maneira muito própria, muito um relacionamento que foi feito sem ser copiado, não copiei ninguém, acho que não copiei ninguém, eram os passos que precisavam de ser dados mais nada”).

As áreas da família de origem e a da profissão parecem ser aquelas que originam mais conflitos, sendo a primeira associada a uma percepção negativa por parte da mulher, e correspondendo, por isso, às “zonas de maior fragilidade” (“(...) não sei qual de nós é que tem razão, mas gostava que alguma coisa se alterasse no sentido de podermos olhar os dois o mesmo problema com a mesma visão, não sei se sou eu que devia mudar, ou se é o meu marido”.

Caso 7/8

Trata-se de um casamento de 28 anos.

É o caso onde o nível de escolaridade é menos elevado.

Neste casal é evidente a qualidade positiva da relação e a satisfação conjugal (“fazia dois corações, pronto, seria o meu e o dele”); (“Não sei acho que devia ser assim, um não sei, sei lá, umas nuvens ou depois assim o mar,

qualquer coisa ligada assim à terra, não sei... as nuvens é a calma o mar, já é aquela... como hei-de dizer... agitação da vida... ou, sei lá um campo, o sol, sei lá, não sei... vem muita coisa junta. A calma, a agitação do mar, a calma dos campos também faz muito bem às vezes. É, é um misto de calma e agitação”).

Saliente-se a grande sintonia entre os cônjuges, e especificamente a compreensão e aceitação mútua (mulher: “*Olhe, fui aprendendo, levando a coisa com muita paciência (...) fui cedendo, fui-me habituando (...) ele também deixou de jogar futebol, portanto, mudou completamente também (...) Não, acho que agora a vida é mais calma, já tenho outra visão da vida, eu acho que é isso (...) eu tenho de compreender que a vida dele foi aquela e pronto, ele gosta daquilo (...) se ele gosta de futebol, gosta disto, e se eu não gosto, não vou estar a proibir, não vás, anda comigo ali porque eu gosto disto, não, acho que também o tempo livre da pessoa, deve-se estar um bocadinho livre... dar espaço à pessoa, não é?, porque, pronto, também temos tempo para fazer outras coisas”); (homem: “*Não, nunca nessa área... ele há sempre uma chatice, não é?, há sempre uma ou outra chatice, mas não ligo assim muito (...). Decidimos os dois, por exemplo, se ela não quiser ir com certeza que eu não vou, tem de haver acordo entre os dois, senão eu não vou também”); bem como, de um modo geral, o elevado nível de intimidade (“(...) há amizade(...) 29 anos de casado e a gente gosta, eu pelo menos gosto, não é?, mas já sentimos amizade, já nos compreendemos melhor (...) acho que a gente quando se dá assim bem (...) às vezes há aqueles problemas que aparecem e pronto, quando a gente consegue resolver e superar acho que, pronto a união torna-se mais forte”); (“(...) acho que quer dizer, fomos talhados um para o outro, e acho que ela, pronto, deu-se mesmo com o meu feitio, como eu me dei com o dela (...) a gente sonha os dois ao mesmo tempo”) e o compromisso pessoal forte de cada cônjuge (“Às vezes penso**

que se ficasse viuva não era capaz de viver com outro homem (...) aí, eu não era capaz, eu às vezes digo assim; se eu ficasse viuva não queria casar, não, não me via assim com outro homem”); (acho que quer dizer fomos talhados um para o outro, e acho que ela pronto deu-se mesmo com o meu feitio, como eu me dei com o dela acho que está bem”).

As zonas de maior fragilidade parecem estar associadas à gestão financeira (“*Sim, esta área é a área onde há bastante zangas porque não sei bem o que... às vezes não... não é que me interesse saber o que há para comer, se é a mesma coisa, mas há certas coisas às vezes que a gente vê que pode ir mais além e não temos...*”), à pouca colaboração do homem particularmente nas tarefas domésticas e financeiras (embora tal não seja percebido negativamente pela esposa), a uma intensidade moderada dos sentimentos por parte da mulher, e a diferentes pressupostos e padrões relativamente à expressão de sentimentos (“*Ah, às vezes, digo, «olha tu és assim, não mostras que gostas de uma pessoa» e, assim, pronto, a gente vê, não é?, há casais que andam de mão dada e ele não é nada destas coisas não é?, e ele diz «Oh, deixa lá isso, porque afinal andam assim, mas em casa sabe Deus», é a maneira de ser dele, mas... Pois, pronto, eu também até respondi aí no inquérito, que gostava que ele fosse assim mais atencioso, mas não é por mal, já é da maneira de ser da pessoa*”).

Caso 9/10

Trata-se de um casamento de 18 anos.

É evidente, neste casal, a qualidade positiva da relação e a satisfação conjugal (homem: “*uma estufa com plantas, em que sejam, sejam sei lá duas árvores ou duas plantas e depois daí nascem mais, mais plantas e dessas duas plantas que nasceram irão nascer outras e daqui por uns tempos*

será um grande viveiro, ou um grande garden center talvez. Porque eu acho que é uma relação tipo, sei lá, acho que como se fossemos plantas, não há, são coisas bonitas... e que crescem, sei lá... e que tentam melhorar cada vez mais o ambiente”); (mulher: “Alpes Suíços, o sol, a neve lá no cimo, uma casinha de madeira a deitar fumo, as vaquinhas a pastar, sei lá.... assim na Primavera com muitas flores... acho que isso é uma paisagem fabulosa, que nos enche, de uma grandeza, de uma imensidão. As vaquinhas... um cãozinho também... Em termos de imagem sei lá talvez um riacho a correr. Talvez porque seja uma imagem que nos dá uma paz, uma serenidade tão grande. Talvez por isso. Entre os altos e baixos que a vida tem... como as montanhas”).

Saliente-se a grande sintonia entre os cônjuges, e o elevado nível de intimidade (“Houve, talvez à medida que os anos vão avançando a gente vai-se aproximando mais, vamos tendo mais, vamos melhorando mais a intimidade e assim, não nos afastamos, não nos distraímos tanto com o que passa ao redor, é mais centrado em nós”), bem como o forte compromisso pessoal de cada um (“Não, o modelo ideal que tenho é esta relação que tenho. É esta parceira também, felizmente”); (“Sempre lutei por esse tipo de relação que eu idealizei e acho que ao fim destas anos se não consegui não estarei muito longe”).

As áreas de gestão doméstica e gestão financeira (“Quer dizer, os únicos conflitos são causados por mim. Porque refilo imenso, porque não me ajudam, porque deixam tudo desarrumado, porque deviam fazer e não fazem. Pronto, aquelas coisas. Deixam tudo desarrumado, a casa de banho não limpam, não fecham a sanita, aquelas coisas, não é...”), o elevado nível de dependência mútua e de dependência familiar (“Sempre, sempre...(tempos livres sempre com filhos) Não (não há tempos livres só para os dois)”), a

tendência do homem para evitar conflitos (homem: “*Eh pá, é difícil haver conflitos porque eu, isto é em todos os casais há discussões, não é, e na minha quando eu vejo que a discussão está a atingir um certo... tento, tento retirar-me, e ao retirar-me não é ir-me embora, é calar-me que ainda às vezes ainda vai provocar mais porque ela não gosta, mas tento não ir mais para esse nível que é para não atingir outros níveis e eu não gosto de conflitos*”); (mulher: “*Sim, prefere evitá-lo, sem sombra de dúvida. Talvez... para não se chatear*”) e a diferença na frequência de percepções positivas sobre a relação (bastante mais elevada no homem do que na mulher) parecem constituir as zonas de maior fragilidade.

Caso 11/12

Trata-se de um casamento de 19 anos.

Parece evidente, neste casal, a qualidade positiva da relação e a satisfação conjugal (mulher: “*O fogo da lareira, eu posso ser capaz, que eu tenho a paranóia de ver o fogo na lareira, lá no fundo da sala porque eu já tive essa experiência de estar sentada em frente a uma lareira e eu fico encantada, abstraio-me, tenho ideia que me dá... o que o mar lhe faz a ele o fogo faz-me a mim*”); (homem: “*a água as ondas do mar como aquelas ondas como aquelas ondas já de espuma branca a esbaterem com a areia amarela, assim gosto disso. Um é a água o outro é a areia. Acho que sou mais eu a água. Porque acho que sou mais... Dou mais cambalhotas. Até porque ela gosta muito mais de areia, tem muito mais que ver com a areia, e eu tenho muito mais que ver com o mar, o risco o perigo aquela coisa, mas acho que tem muito a ver isso*”).

Saliente-se a grande sintonia no casal, bem como o nível elevado de intimidade (mulher: “*Eu considero que ao longo deste tempo todo... É assim*”).

eu considero não só aos 19, mas também os 5 de namoro, porque eu conto com esses 5 do namoro, há uma coisa, eu despertei com ele e foi um despertar muito bonito e eu acho que tenho vindo assim a crescer, a crescer, pronto, a relação com ele na parte emotiva tem crescido e tem ficado mais bonita, tem amadurecida, tem vindo a ser muito boa, mas gradualmente, tem vindo a...”); (homem: “Tem havido uma aproximação. Há menos conflitos, acho que há mais maturidade, há uma maior ou uma melhor percepção do outro acho que nos percebemos melhor um ao outro”) e o forte compromisso pessoal de cada cônjuge. (homem: “Eu acho que sim, acho que nós temos vindo a, a não ser que haja para aí uma catástrofe qualquer, mas a tendência tem sido nós estarmos cada vez mais próximos um do outro, é isso estamos cada vez mais próximos enquanto pessoas, mesmo enquanto gente, não enquanto profissionais nem enquanto nada disso, enquanto homem e mulher estamos cada vez mais próximos”).

Constituem zonas de maior fragilidade, a sexualidade (“é assim que a A só depois de ter uma série de coisas feitas é que está disponível, para termos relações sexuais eu não, eu esteja ocupado, esteja livre, eu penso que isto é mais psicológico é mais ou fisiológico não sei tem que ver com a forma como nós estamos na vida com as experiências, com outras coisas mas é assim na realidade é assim, pronto é... Não, não às vezes houve um período que trouxe alguns conflitos que eu me aborrecia muito com isso, tive um período em que ainda tinha mais aí para os trinta e tais chateava-me muito, pronto porque, porque gostava que ela tivesse um outro comportamento, até mesmo outro comportamento de provocação, eu gostava de entrar em casa e ser sexualmente provocado e não era e muitas vezes quando eu chegava a casa ela estava sempre a fazer alguma coisa, não sei porquê há sempre coisas boas em casa eu tenho dificuldade em perceber e eu preferia que não houvesse e mesmo estando ela a fazer alguma coisa eu por vezes metia-me

com ela. Não sei, acho que fui eu que me fui adaptando, ela foi cedendo algumas vezes, pontualmente depois discutíamos, ela foi cedendo”); algumas dificuldades sentidas pela mulher ao nível do ajustamento mútuo (“Ele necessita de mais privacidade do que eu, pelo temperamento ele necessita e isso no principio de casada isso não me apercebia, isso fazia-me como eu não sentia necessidade, não o compreendia que a ele lhe fazia falta ter o espaço dele. Não gostava nada quando ele dizia que queria sair sozinho nada rigorosamente nada e eu tive que me modificar. Tive de mudar, porque eu questionava-me mas porque é que queres ir sozinho e porque é que vais sozinho e porque é que eu não posso ir, chatices e pronto e tive de mudar, não me levava a lado nenhum, não levava a lado nenhum. Talvez porque eu não sentisse essa necessidade, então não compreendia. Não percebia o porquê que ele tinha necessidade e pronto e tive de me alterar porque isso gerou alguns conflitos (...) Tem de ser, porque se não, se eu não o deixar ter o espaço dele, ele choca. Ele tem de ter o espaço dele”), e as queixas do homem relativamente ao respeito pela privacidade.

Caso 15/16

Trata-se de um casamento de 28 anos.

Neste casal é evidente a qualidade positiva da relação e a satisfação conjugal (homem: “Era um ramo de rosas não murchas, não é, pela simbologia da rosa em termos..., é uma flor presente no tipo de situações de felicidade, deixo ficar por aí as rosas”); (mulher: “Eu gosto muito de água, mas acho que se calhar pintava um rio que começa, um fiozinho de água não é, e depois corre, corre em planície, corre em rápidos faz cataratas, e depois gostaria que tivesse assim uma foz larga. É, e que começou realmente

assim num fiozinho de água e correu. No final, essencialmente paz, para mim a água é tranquilidade”).

Saliente-se a grande sintonia no casal, a intensidade dos sentimentos (*“Isto pode parecer um bocado ridículo, mas eu conheço o meu marido há trinta e tal anos e acho que sim, continuo a sentir amor, paixão, ternura, carinho, admiração pronto acho que continuo a sentir essas coisas todas”*) bem como o elevado nível de intimidade (homem: *“Penso que sim, a intimidade essa tem que ser cada vez mais desenvolvida no sentido de intensificá-la não é (...) pelo entendimento sem palavras, de facto a expressão existe não é, neste facto não é nenhum modo de dizer”*); (*“Acho que o sentimento hoje é muito mais maduro que é. Vamos lá ver se eu consigo explicar aquilo que eu sinto não é até porque as coisas vão-se todas cimentando, o meu marido faz quase parte de mim não é, eu costumo dizer que quando ele mete a chave à porta eu sei se ele vem bem disposto ou mal disposto sentes abrir a porta não é ou tocar a campainha ou da maneira como ele entra em casa eu penso que é este conhecimento e esta, e esta quando eu digo pertença, este fazer parte um do outro e eu acho que é o que torna os sentimentos maduros, porque se as pessoas vivem desligadas uma da outra não há maturidade nos sentimentos não é, eu penso que hoje a nossa relação não é mais sólida do que era antigamente não é isso, é feita de um companheirismo de um que não destruiu o amor e a paixão que nós sentimos um pelo outro que eu acho que isso é muito importante o que eu acho que isso é importante”*) e o forte compromisso pessoal de cada cônjuge (*“Não, foi ideal encontrar a A”*); (*“era uma grande tranquilidade que eu penso que vamos ter não é, por toda a relação que nós temos e que construímos eu penso que talvez nós possamos um dia mais tarde quando eu estiver reformada e o meu marido também ele, pronto ter uma relação de tranquilidade de companheirismo, os rápidos o crescer do fiozinho até,*

pronto o crescer foi o que nasceu as atribuições todas que ficaram pela vida”).

As zonas de maior fragilidade parecem ser as áreas dos Tempos Livres e da Profissão do homem (*“aí a questão põe-se porque... é sempre assim, decide-se tudo à última hora, quer seja no sentido, agora saída ou não saída, e na verdade é muito difícil muitas vezes planejar de facto com antecedência, e planejar com antecedência por definição, muitas vezes até é minha intenção, por exemplo, sair a uma sexta feira a seguir ao almoço e acabo por chegar às dez, onze da noite (...) Não de conflitos, de divergências mas admito que a A fique de algum modo fique desagradada com a absorção profissional”*); (*“Para mim é muito valorizada a área dos tempos livres realmente é muito, muito valorizada e penso que é o que eu refilo mais a nível, eu vou explicar é assim, há muitas vezes conflito, conflito entre aspas não é, divergências porque eu gostaria, porque eu sempre insisti com o meu marido que gostaria que ele tivesse mais tempo, até porque eu vejo que fisicamente ele está a ficar cansado e preocupo-me muito com isso, e portanto vou falando, falando e ele vai ouvindo não é mas dá muita resposta”).*

Caso 17/18

Casamento de 14 anos.

É evidente a qualidade da relação, e a satisfação conjugal (homem: *“Pintava uma praia vista daqui com uma casa para aí em madeira, uma cabana deste lado, a praia ali com uma ilha, uma praia assim parecida com o mar de... não sei se conhece no Algarve, que é uma ilha deserta e assim umas palmeiras, uma vegetaçãozinha. É de calma, calma, é preciso é calma”*); (mulher: *“Talvez uma praia com, com mar com ondas, um mar com ondas, mas*

uma areia assim quente muito doce, suave fininha, e assim um ventinho muito ligeiro, mas agradável e umas dunas lá para trás, umas dunas com aquela vegetação alguns cactos, mas poucos. Conforto, sei lá... agradável, conforto apesar de ter às vezes que me mexer um bocado, para fazer alguma coisa até porque está um ventinho, pronto... atenção por causa das ondas e tal apesar de não serem muito fortes, mas assim uma sensação de bem estar e de conforto”).

Salienta-se a grande sintonia no casal, bem como o elevado nível de intimidade (homem: *“mas há para aí qualquer coisa, há alturas, intimidade às vezes quando a gente vê televisão e partilha as mesmas angústias e as mesmas coisas, ou quando se fala qualquer coisa, quando se vê assim uma situação qualquer e que nos comove que a gente qualquer coisa dá-nos a sensação de olhar um para o outro, porque, porque até os miúdos já gozam connosco, olha, olha lá estão eles os dois a chorar, o que é que foi, o que é que foi, o que é que foi, já passou é talvez é isso, talvez aí, talvez aí”), e o forte compromisso pessoal dos cônjuges (“mas nunca, há muitos anos que estou com ela pá nunca, aliás as pessoas ficam às vezes um bocado... eu nunca meti o pé em ramo verde não, não por, por tudo, por tudo porque acho que é, tenho sempre conseguido (...) Há, para mim é a S, é o meu modelo ideal”), (“Sim, pensamo-nos sempre aos dois no futuro, e com os filhos (...) Acho que é ele (modelo ideal de companheiro), não quer dizer que o ache perfeito nem pensar, mas acho que é ele, acho, acho que sim”).*

As principais zonas de fragilidade situam-se ao nível da comunicação e dos conflitos nas áreas Família de Origem e Filhos (*“realmente a educação dos miúdos é o que nós leva a mais conflitos (...) É um bocado difícil porque eu tento conversar com ele sobre aquilo que eu acho, e ele às vezes não aceita muito bem o que eu digo, lá vens tu com as tuas manias das*

psicologias e ele não aceita bem, acha que eu, que eu estou a achar que ele é estúpido nesta área e às vezes é mesmo difícil falar sobre isto, é mesmo, é assim a área em que temos mais, pronto às vezes sei lá eu pergunto uma coisa e ele acha que não, pronto há assim, realmente nesta área há...”), e, ao nível da Sexualidade por parte da mulher (“embora nós não, quer dizer já, já fomos muito mais, já estivemos assim e agora a vivência é complicada e no fundo eu acho que ele, para ele é importante, assim como é para mim, mas talvez sei lá, talvez ele, ele... talvez ele para ele é importante para os dois, mas talvez para ele mais ainda”).

Caso 19/20

Casamento de 20 anos.

Evidencia-se claramente a qualidade positiva da relação e a satisfação conjugal (mulher: “Uma flor e um pássaro, se calhar o mar. Se calhar foi a ideia que me veio não é, a flor porque é a ternura, pássaro porque é a dependência mas liberdade, mar porque é serenidade talvez”); (homem: “Eu acho que pintava talvez assim o mar calmo, forte, uma praia com um mar calmo. Com muita força”).

Salienta-se a grande sintonia entre os cônjuges, o nível elevado de intimidade, particularmente, a intensidade de sentimentos (“aliás, eu costumo dizer, eu antes de o conhecer eu sonhava com ele assim exactamente como ele era, eu lembro-me de dizer à minha mãe, quando o conheci, mãe este é o rapaz com quem eu sonho já há muito tempo, era engraçado porque ele agora diz, agora já me consegues apontar algum defeito, porque eu no principio tinha dificuldades em encontrar defeitos, e de vez em quando agora digo”); (“gosto muito dela, gosto muito da maneira como a gente se entende, gosto muito dos jeitos como ela reage da mesma

forma das mesmas coisas sem haver...”) e a mutualidade (“e eu já sei como é que ela vai reagir, mas ela também não muda, reage como eu estou à espera que ela reaja, há uma série de coisas comuns que nós gostamos, muitas... é muito fácil a gente apetecer-nos beber um café no mesmo momento, e já temos uma identificação muito grande um com o outro, é um entendimento muito grande”); (“mas depois chega a uma determinada altura em que eu venho aqui chamá-lo, para ele estar lá um bocadinho, não consigo para estarmos um bocadinho acordados antes de adormecer, acho que é bom e é quando ele chega a casa acho que é, muitas vezes lembra-me de acordar de manhã e estar chateada e de ansiar que chegue o fim do dia para estarmos juntos”); (“nós somos católicos porque eu já casei em Fátima e houve uma coisa que eu achei extraordinário foi, agora recordo isso e recordo isso, falando os dois nisto e acho que recordo isso com alegria gostei imenso do dia do meu casamento, e a pessoa parece que é assim a rainha não é, e antes de nós nos termos casado, antes do dia, eu tinha dito ao J e ele também é católico que no dia de casamento depois de estarmos os dois sozinhos que a primeira coisa que eu queria fazer era rezarmos os dois juntos antes de acontecer qualquer coisa e rezámos o terço antes de chegarmos ao hotel lembro-me perfeitamente rezámos um terço antes e depois é que nos deitámos, e ele fez isso comigo e fez e acompanhou-me e eu senti-me muito respeitada nisso, fiquei, ficámos bem os dois”), e o forte compromisso pessoal de cada um (“É a vida não ter sentido sem ele, acho que não tem, acho que não tinha, é fazer”); (“tenho alguma dificuldade, sei lá, nós nunca equacionámos, nunca imaginamos a vida um sem o outro, nunca imaginámos assim, pronto, é uma coisa estranha, é de facto, pronto, são coisas que nem se põem”);

As zonas de maior fragilidade parecem ser os conflitos nas áreas relativas à profissão do homem (“sobretudo a parte profissional dele em

termos de ter que se ceder um pouco, em termos de tempos, de jantares interrompidos com telefonemas de ser uma pessoa muito solicitada de não ser capaz de dizer que não a nada, que eu estou sempre a dizer por exemplo, que eu acho que as refeições são sagradas, ele é incapaz de dizer que não atende um telefonema e eu acho que não, que ele deve desligar o telefone que as refeições, lá estou eu a debater-me pela família, que eu penso que tem que ser sagrado para os dois isso às vezes perturba um pouco”); (“a não ser por causa do tempo e dos jantares, e às vezes, eu julgo que faço... a carreira é essencialmente isso, é as implicações que tem para casa”) e rede social (mulher: “eu sou uma pessoa mais radical eu gosto ou não gosto; e quando não gosto não faço fretes, não gosto mesmo e não, e se calhar daí, sou muito mais radical, mesmo nas amizades”), (“Eu sou mais tolerante; isto é, não quero amigos perfeitos, tenho a noção que é muito difícil, a Clara é muito mais exigente, e, portanto, o que leva a que as minhas relações sejam mais fáceis de gerir, a relação com os amigos, ela é muito mais exigente; é capaz de marcar claramente alguém”) bem como a maior dependência da mulher relativamente ao homem e à família (“Eu sou muito ciumenta, ciumenta em termos de porque sou possessiva, mas sou possessiva com ele; sou possessiva com as minhas coisas, com os meus filhos (...) mas eu não consigo fazer nada sem ser em função deles, do J e dos miúdos e sinto-me mesmo muito dependente efectivamente deles, e do J muito dependente efectivamente e acho que toda a força que tenho e que todos os êxitos que tenho que preciso do sentido da fortaleza dele ao pé de mim, e depois acho que ele, ele eu gostaria de dizer que o J é meu pai, é meu irmão, é meu marido, é meu filho, acho que ele é tudo para mim, é a pessoa se calhar em quem, é a pessoa em quem eu confio mais, não sei o que é que é, é não poder estar sem ele”); (homem: “que é o tal espaço, e que, pronto, as pessoas já aceitam... já faz parte, embora por vezes há sempre um reparo, não há

assim um aceitar fácil... por exemplo, eu adoro ler jornais, sou capaz de dar três voltas a Lisboa para comprar um jornal, portanto faz parte da minha... gosto de me sentar a ler o jornal, pronto, e portanto, às vezes, há aqui uma... não é oportuno, é preciso fazer qualquer coisa, temos de fazer isto, temos de fazer aquilo, há aqui alguma tensão que advém de aspectos como este...”):

Caso 21/22

Casamento de 20 anos.

É notória a qualidade da relação e a satisfação conjugal (mulher: “Então uma ilha paradisíaca, com coqueiros, com uma água muito azulinha, com peixinhos, sem tubarões, com uma água quentinha, com passarinhos, com animaizinhos. Tem a ver com a calma, com o bem estar, com o silêncio pode parecer esquisito, mas acho que também é importante”); (homem: “é um pôr do sol, mas é um pôr do sol de um dia em que houve uma chuvada, é um gosto que eu tenho... o sol a romper as nuvens,, nuvens com várias tonalidades, cinzentos carregados, e um céu muito azul, e essas nuvens tingidas dessa cor do sol, rosas fortes e encarnados... é uma coisa que eu gosto muito, um campo com papoilas... o sol com força... a nossa vida começou não tem havido problemas, mas há casais que começam a vida de uma maneira mais fácil, nós até nem começámos, a Natércia nasceu, e depois os problemas de... talvez identifique um bocado esse sol com uma certa estabilidade que conseguimos ao longo destes anos todos”).

Saliente-se a sintonia entre o casal, o nível elevado de intimidade (“Eu acho que as pessoas podem crescer juntas e ir-se descobrindo pouco a pouco em conjunto sobretudo quando há muito dialogo, que eu considero que é fundamental e penso que, isso contribuído muito para melhorar a nossa relação e o facto de conversarmos tudo os dois e inclusivamente mesmo em

certos momentos a presença dele tem sido extremamente importante, até em termos de o meu próprio equilíbrio, portanto eu acho que com o evoluir dos tempos, sei lá um exemplo que note isso, a vontade de estarmos juntos e dei-te o exemplo de abdicar até ter, aqui há alguns anos era impensável eu deixar para trás uma coisa da escola que tivesse que fazer para estar com ele, por exemplo, olha para eu me deitar mais cedo, e hoje em dia é absolutamente normal”); (homem: “depois há qualquer coisa que... sabe bem a pessoa estar ao pé uma da outra, sentir que os dois fazem quase um...amor, é isso, acho que sim, é isso (...) Agora é melhor, acho que sim, até porque aqueles impulsos são coisas que às vezes até são momentâneas, e depois vai-se construindo; agora dar um nome a isto, acho que não é um sentimento sozinho; há mais coisas a construir, e dar um nome a isto é limitar o sentimento, ou os sentimentos...”), particularmente a intensidade dos sentimentos (“Do que é que eu gosto mais no M, gosto de tudo; por isso tenho muita dificuldade em dizer o que é que não gosto, sobretudo quando comparo com os maridos das minhas amigas ou das minhas colegas. Acho que ele é melhor. Em tudo (...) porque ainda hoje ele me fascina que é, é uma pessoa com quem se está sempre a aprender, como é que hei-de dizer eu sei que por exemplo até dúvidas coisas em termos profissionais as pessoas podem achar um bocado esquisito eu sei que posso contar com ele que ele me ajuda, não sei se é por ter mais disponibilidade do que eu até em termos de cultura geral foi sempre uma coisa”) e o forte compromisso pessoal (“Até agora não, e nunca pensei nisso”); (“Sim, mas é sempre com a L, não vejo outra coisa...”).

A frequência de percepções positivas sobre a relação bastante mais elevadas na mulher do que no homem; e as dificuldades de expressão verbal de sentimentos; por parte do homem (“Como eu já disse há casais que são muito afectuosos, ou por gestos ou por palavras... pronto, eu, no meu caso...

se calhar, a L até é capaz de dizer: Aquele mariola nem gosta de mim... porque eu tenho uma dificuldade muito... sério, sério, tem a haver um bocado com a educação, sou de uma família um bocado fria, são um bocado reflexos da educação... tenho uma dificuldade muito grande em exprimir sentimentos, de maneira que retraio-me, e aquelas palavras que as mulheres, principalmente as mulheres gostam de falar, palavras carinhosas, um gesto... quer dizer, não sou muito amigo disso... gostava, gostava de ser mais, às vezes escondem-se... quer dizer, não é escondem-se, mas não se põe cá fora aquilo que vai cá dentro, a pessoa não é capaz, sente-se assim tipo um bocado acanhada, um bocado envergonhado... (...) Não (conflitos), isto é tudo na brincadeira, não porque ela acha graça, acho que ela já percebeu que eu tenho esta dificuldade de exprimir os sentimentos...”), parecem constituir a zona de maior fragilidade, muito embora tal não seja percepcionado negativamente pela mulher.

Caso 23/24

Casamento de 7 anos.

É evidente a qualidade positiva da relação e a satisfação conjugal (mulher: “Se calhar, pintava um quadro parecido com o sítio onde eu passei a lua de mel, na República Dominicana, a água, palmeiras, areia, duas cadeiras de praia à sombra, acho que era isso...”); (homem: “Primavera Verão... desde as cores da Primavera, a temperatura do Verão, mas algo que é alegre, que corre bem, que funciona, tem os seus problemas, tem as suas fases menos boas, mas funciona... no geral, eu não quero que haja coisas assim feias, aborrecidas, não há... Primavera Verão...”).

Saliente-se a grande sintonia conjugal, bem como o elevado nível de intimidade (“deu lugar a um sentimento mais forte e mais profundo, uma

cumplicidade, uma... eu acho que a cumplicidade é o melhor, e amizade, amor, tudo junto (...). Por exemplo, a partilha de sentimentos... não sei... é assim nós damos muita importância ao acto de deitar, e muitas vezes, como o J gosta de ver televisão, ele fica até mais tarde, e ou nos deitamos juntos, ou então, se a diferença é 5 minutos, o outro espera acordado para falarmos um bocadinho, ou então se eu me vou deitar primeiro, ele vai-me deitar, falar comigo um bocadinho, e depois vem. Eu costumo dizer: Olha, vou-me deitar, vens-me deitar?... mas ir para a cama sozinha, ou ele ir para a cama sozinho sem o outro ir não é...”), particularmente a intensidade dos sentimentos (“Porque é que eu gosto dele... olha que giro!... Porque é que eu gosto dele... porque gosto!... Porque gosto da maneira como ele é, às vezes eu costumo dizer, até mesmo aquela história que eu critico um bocadinho, de ele não tomar a iniciativa para pagar as contas, mas acho que se ele pagasse eu chateava-me um bocado... é assim, eu acho que gosto do feitio dele, gosto da maneira de ele ser, acho que ele é bonito, é assim... não sei explicar, eu gosto... gosto de estar com ele, gosto...”) e o forte compromisso pessoal (“Não, não (não consegue imaginar a vida sem ele, ou imaginar uma alternativa)”: (“Eu sinto até hoje que a C é a mulher da minha vida, acho que ela me entende, me compreende, eu noto muita cumplicidade entre nós, eu utilizei muitas vezes a expressão É ela, eu sinto que é ela, tudo bem... estou bem assim (...) Imagino a minha vida com a C como tem corrido até agora, em sentido ascendente, conhecermo-nos cada vez mais, continuarmos a ter esta cumplicidade, continuar a sentir o que sinto agora que as coisas funcionam, que ela seja a minha companheira sempre... quando penso no futuro não me imagino separado, não me imagino separado porque tenho esperança e acredito que as coisas funcionem como até hoje, nunca pensei noutra hipótese”).

A frequência de percepções positivas bastante mais elevadas no homem do que na mulher, a gestão doméstica (“É a lida da casa... não é bem a lida da casa, é aquilo que eu dizia, por mais que o J. queira, eu faço sempre mais do que ele; mais que não seja o esforço mental, e ele não consegue reconhecer isso... comigo não reconhece, mas acho que é só mesmo aí...”), algumas queixas da mulher relativamente à expressão material dos sentimentos por parte do homem (“Ah, eu gosto muito de prendinhas, eu sou muito dada a essas coisas, prendinhas, é assim, não é o que está na prenda, podem-me dar uma pastilha mas dêem-me embrulhada e que eu não saiba o que lá está dentro, é o inesperado, para mim é fantástico, eu adoro essas coisas e dou muito valor a isso e, gosto de fazer isso, mas estou a fazer menos... porque o J não faz, ele faz pouco, esquece-se do dia da mulher, do dia da árvore, eu costumo dizer, quando é o dia da árvore, eu sou árvore, quando é o dia do peixe, eu sou peixe... é mais ou menos assim... no dia da criança, eu sou criança... e o J não dá... ele percebe, ele sabe que eu gosto, mas passa-lhe, ele...”); (“Eu gostava de fazer isso mais vezes, mas lá está, é a tal coisa, eu acho que isso tem a haver um bocado com o meu feitio, são as tais atitudes que eu acho que são importantes, e a gente vai esquecendo, a rotina depois acaba por ser inimiga também...”) parecem ser as zonas de fragilidade que mais se destacam.

Caso 27/28

Casamento de 9 anos.

É notória a qualidade positiva da relação e a satisfação conjugal (homem: “Era um pouco de tudo... uma paisagem... o pôr do sol, mas também o nascer do sol, representaria o início e o fim sempre de qualquer coisa, porque a nossa vida são ciclos que nascem e ciclos que morrem, as células

dão lugar a eles, e no fundo, um vulcão também que representa tudo o que é de vulcânico na nossa relação, no fundo também uma tempestade... as forças da natureza todas representadas, todos os elementos da natureza, terra, água, ar, vento... ar e vento é o mesmo”); (mulher: “Pode ser aquilo que a gente idealiza muito, que é dos dois, e que eu vejo muitas vezes, que é um jardim grande, com gradeamentos altos, mais a casa, vejo um sol, embora ele não goste de sol, uma casa...”).

Salienta-se a grande sintonia conjugal, bem como o nível elevado de intimidade (*“Mas o momento que eu acho, é quando vamos para a cama às mesmas horas, e a gente está 2, 3 horas, e é perigoso irmos para a cama às mesmas horas porque depois estamos a conversar até às 6 da manhã, às vezes acontece, deitamo-nos à mesma hora e depois conversamos, conversamos, já são 6 da manhã...”*); (*“Quando conversamos, sei lá, dos filhos que gostaríamos de ter mais, quando acordamos e ficamos a conversar...”*), particularmente a intensidade de sentimentos (*“sinto tudo aquilo que... é um homem estar apaixonado pela T, estou apaixonado, ser paixão é gostar, amar, sentir que está a gostar, entrar nos nossos sonhos, entrar nos nossos desejos, entrar em todo o lado, não imaginar a vida sem ela, é isso...”*); (*“Porque nunca tinha sentido uma coisa tão... tão forte, com tanta coisa, com tanta mexidela cá dentro, ao longo da vida já conheci muita gente, primos, conhecidos, amigos, e nunca senti tanta coisa junta, com tanta intensidade como sinto por ele”*) e a mutualidade (*“Nós temos um diário, e é o mesmo para os dois, e é o nosso passatempo, é ler as nossas coisas, e portanto, eu acho que isto é muito íntimo, não é? Temos um diário que ela me ofereceu há muitos anos, onde eu escrevo de vez em quando, ela vai escrevendo de vez em quando, e depois lemos em voz alta um para o outro, e depois rimo-nos muito, é muito engraçado escrevemos mesmo tipo Margarida, no caso dela, Meu Querido Diário, é engraçado... Em termos de partilha, partilhamos*

muito...”); (“Acho que nós nos conhecemos muito melhor, e por isso nos percebemos melhor um ao outro, às vezes já nem é preciso dizer, não é preciso falar tanto para a gente perceber o que o outro quer, ou o que é que está a sentir, ou o que não está a dizer... é mais fácil e mais rápido dialogar e perceber...”), e o forte compromisso pessoal de cada cônjuge (“sinto-me espectacularmente bem com ela, nem quero outra pessoa, nem imagino outra pessoa, acho que sinto tudo bom”).

A zona de maior fragilidade parece situar-se ao nível da maior frequência de conflitos a propósito das áreas Filhos (“aí, sim, há de vez em quando uns pequenos conflitos que no fundo eu tenho uma educação completamente diferente da dela em termos de educação dos filhos. Ela é educadora de infância, eu não sou, não sou, mas tenho a mania que sou, é um bocado isso, todos temos teorias, e às vezes as minhas teorias são umas e as delas são outras, e de vez em quando divergimos na educação do miúdo...”); (“Somos diferentes. Às vezes também há conflitos, as minhas brincadeiras são muito suaves, aliás, eu gosto mais de ler e contar histórias, brinco com ele às escondidas... e o pai, não, tem cada brincadeira... mas sei que o miúdo gosta, sei lá o que ele faz com o miúdo...”) e Tempos Livres (“A única divergência, para encurtarmos um bocadinho, a única divergência que eu tenho com ela, e que muitas vezes já nos levou a algumas discussões, não temos discussões muito, muito, porque eu, quer eu quer ela quando chegamos, vamos a um angulo que pode criar atritos chegamos a uma determinada situação que em que vemos que pode criar atritos não falamos, não discutimos, chegamos a um acordo, antes de haver... evitamos muitas vezes, e onde às vezes a gente se chateia mais é na altura de férias, eu não gosto de praia e ela adora praid”); (“Conflitos... eu considero a praia um conflito, eu gosto muito de praia, de maneira que... ele acaba por me fazer a vontade, mas diz que só faz mal, o sol faz mal, e acrescenta uma série de

defeitos, mas como sabe que eu gosto tanto, tanto, tanto, lá faz o sacrifício e lá vai... Ele está sempre a dizer que não vamos, mas acabamos por ir... Como sabe que eu gosto, é para me chatear, mas como já sei... não adianta, a gente também vai-se conhecendo, vai arrançando maneira de não se chatear tanto, já sei que não adianta, chega a altura, e já sei que depois acabamos por ir”).

Caso 29/30

Casamento de 8 anos.

Este casal revela uma qualidade positiva da relação, bem como satisfação conjugal (mulher: *“isto é tão romântico que até tenho vergonha de dizer, que é estilo duas florzinhas, com o sol, pronto é uma estupidez, mas...”*); (homem: *“Houve uma vez um filme que vi uma árvore, acho que era um trabalho daqueles grandes com raízes, e não sei quando é que foi e quando veio o vento levou casas, levou tudo e aquele carvalho ficou, seria aquele carvalho”*), ainda que com algumas zonas nítidas de maior fragilidade.

Saliente-se a grande sintonia, um nível elevado de intimidade (mulher: *“tem um dom de tranquilizar sobretudo de me entender e de aceitar”*); (homem: *“basta olhar um para o outro e saber o que é que o outro está a pensar, há aqueles olhares cúmplices”*), particularmente ao nível da intensidade de sentimentos (*“Há muitos anos e há uma coisa que ela descreve e de facto quando eu conheci o P e continuo a dizer «eh pá, aquele sacana de olhos castanhos» é verdade, é isso aquele sacana de olhos castanhos, porquê, foi é o foi e é o único homem da minha vida eu de facto olho à volta com certeza, não é, sou mulher graças a Deus, olho, mas não consigo nem imagino, nem me imagino com outro, percebe pronto o P o que é que eu sinto por ele amadureci em relação ao amor, pronto apesar de nunca*

conseguir a gente diz eu amo-te eu amo-te mas isto é trivial, isto é muito, é uma coisa profunda é uma coisa construtiva”); (“Gosto da maneira dela ser, gosto da maneira como ela é, daquilo que ela sente, daquilo que ela diz”), e um forte compromisso pessoal de ambos os cônjuges (“Olha, imaginei-me sentadinha ao lado dele... tem piada, tem piada, a imagem que me veio é sorrisos de satisfeitos, e cheio de gente à nossa volta e nós, pronto, tranquilos, a felicidade passa perante a vida”).

Como principais zonas de fragilidade, destacamos: a menor satisfação da mulher, uma frequência moderada e elevada de conflitos nas áreas Gestão Doméstica (*“e ele foi-se um pouco acomodando, até que complicou com conflito, e eu disse: “olha a partir de agora eu faço as minhas coisas, as minhas camisas são passadas como as tuas, pronto e então houve uma conquista de território dessa parte até ficar estabelecido que aquela parede é dele, e a outra é minha pronto não quer dizer que de vez em quando não haja aqui misturas, pronto claro que ele faz as coisas conjuntamente muito comigo, que não tem a sorte de ter uma empregada, graças a Deus que vai sair no final do mês, vai ser outra vez outro conflito para aí, ele ajuda mas tem que se pedir, portanto não é por iniciativa dele”*), Filhos (*“bem em relação à Joana está mais ou menos bem, muito mais, muito mais e isso foi uma luta muito grande tentar também que ele se envolvesse nas tarefas da filha, pronto ganhei, ganhei, ganhamos um pouco nesse aspecto”*), e Profissão do homem (*“no fundo ultimamente tem havido conflito porque de facto ele chega muito tarde, chega muito tarde quando sai tem que ir estoirar as palavras com os amigos eu fico possessa, fico possessa, e realmente tem havido conflito, conflito a esse nível pronto, ele nunca mais chega, pronto fala um bocadinho com a nossa filha chegas tarde o que é que tu fazes vens estoirado e quando, quando falas já falas um décimo a cima, portanto ele vem, portanto o conflito vem por causa da disponibilidade que o*

meu marido tem, que não tem e é mais”); (“só interfere mais no aspecto de eu começar a vir, a chegar tarde desde que estou não é naquela profissão, mas naquela secção é só esse digamos o problema”), uma percepção dos conflitos moderada e negativa nas áreas Gestão Doméstica, Tempos Livres, Filhos, e Profissão do marido, uma percepção da Sexualidade apenas moderada por parte da mulher (“A frequência coitadinha mas...”), algumas dificuldades no ajustamento referidas pela mulher, e uma frequência baixa de percepções positivas da relação por parte da mulher.

Caso 31/32

Casamento de 11 anos.

Este casal revela uma qualidade positiva da relação, bem como, satisfação conjugal (Mulher: *“Uma planície Alentejana. Porque me acalma. Sim, pela calma, pela harmonia”*; homem: *“O nosso retrato: a praia do guincho. Porque foi aí que tudo começou, pronto e tudo aquilo muitas vezes resume-se a toda aquela imagem aquela imensidão de areia, as ondas a bater forte, continuam a bater forte é isso assim, muito calmo”*).

Saliente-se um elevado nível de intimidade, particularmente a intensidade de sentimentos (mulher: *“Ai telefonamos mil vezes por dia, morremos de saudades, e ao fim de cinco dias eu já telefono a chorar ó. E eu quero ir para ao pé de ti e ele diz pois eu também estou aqui a sentir a tua falta e não sei quê mas deixa lá tenta divertir-te”*; *“Sei lá não sei é algo de muito profundo acho que sim, acho que sim, assim não sei, acho que é uma coisa tão invisível que nos une mas que é tão... amor... ao mesmo tempo é tão palpável, sei lá não sei”*; homem: *“é uma paixão grande”*), a elevada identidade de casal (*“A nódoa negra (Família de Origem da mulher); sim, que tem sido no fundo de benéfico porque nos tem unido muito como casal, nós*

tem feito um bocado fortalezas”), e um forte compromisso pessoal (“é lógico que nós sonhamos envelhecer juntos”).

Como principais zonas de fragilidade, destacamos a reacção aos conflitos (“Eu aí perco perco as estribeiras e eu quando me zango tenho uma característica ou grito perdidamente e falo altíssimo ou então falo baixíssimo, mas falo à moda do Porto e meto a família inteirinha, pois o verniz estala assim muito e depois há uma coisa que me irrita solenemente é que ele não me dá troco.” “Pronto ela bate as portas, grita, chega a dar uns murros e pronto depois passa, depois entra naquela de pronto isto já é mesmo ao máximo, de raramente a gente se chateia, mas quando chateia é assim pronto, depois põe-se no quarto a chorar e eu grito, fecho a porta e saio, saio pronto vou-me embora e depois ela quer que eu é que amue, é já não janto come tudo pronto”) e a família de origem da mulher (“Falamos, porque tem sido as causas das nossas discussões, quando há problemas e a tão famosa peixeirada vem sempre por causa da minha abençoada família” “às vezes com as pressões cria um bocado de mau estar mas pronto, pelo que ela diz não é; ela chegou a um ponto que tem-me a mim vive é comigo e acabou-se e eu digo-lhe o mesmo, portanto não deixo do meu lado interferirem para que haja problemas”).

Caso 33/34

Casamento de 11 anos.

Este casal revela uma qualidade positiva da relação, bem como satisfação conjugal (mulher: “Filme dramático, mas sem conotação negativa, do tipo de um romance ligeiro”; homem: “Imagino que é um filme de amor...”).

Saliente-se a elevada sintonia e similitude (“Em termos de partilha de interesses, então, acho que é mesmo, porque... pronto, eu costumo dizer, como é que duas pessoas tão completamente diferentes têm tantos pontos em comum, e como é que conseguimos gostar exactamente das mesmas coisas. Pronto, se vamos comprar um livro, se formos a duas livrarias dirigimo-nos para as mesmas coisas, se vamos ao cinema, somos perfeitamente capazes de ir ver o mesmo filme um em cada sítio. Temos os mesmos gostos, os mesmos interesses, e...”); (Olha por exemplo gostarmos das mesmas coisas, por exemplo temos os gostos muito parecidos, o por exemplo querermos ver um filme que gostamos os dois por exemplo ou querermos ir a qualquer lado porque é um gosto comum, o fazermos coisas por exemplo para o miúdo que é de gosto comum também eu penso que é isto”), o baixo nível de conflitos, a facilidade do ajustamento mútuo (“Acho que nós temos uma coisa os dois que é muito importante: sabemos limar arestas. É uma característica deveras importante para as pessoas se saberem amar. No fundo, é a tolerância e a compreensão”), a intensidade de sentimentos, a forte identidade de casal (“Ora... a pessoa ao princípio... quer dizer, no início de uma relação tem de haver uma atracção que faça com que as pessoas realmente se liguem, não é? E nós, não foi aquela coisa de dizer, “Ah, olhei para ti e...”, tanto que eu tinha treze anos, e ele já era assim um adultoquinho, nós temos oito anos de diferença. E pronto, andávamos assim naquele grupo de malta, e eu era um bocado à parte... eu era a única que tinha aquela idade. E eu nem me incluía muito naquele... quer dizer, nem me passava pela cabeça que ele estivesse interessado em mim. pronto, mas naturalmente, aconteceu. E não sei se nessa altura também tinha a ver com o facto de ele ser mais velho, aquela atracção que as meninas têm pelos mais velhos... Depois, as coisas mudaram. E a tal vivência, a vivência que é uma paixão de início, deixa de o ser e passa a ser com a convivência o amor. E o

que me atrai, na altura pode ter sido fisicamente, neste momento não é o mais importante. Ele pode ficar com uma barriga de três metros e sem cabelo, e eu não vou deixar de gostar dele por causa disso, portanto, acho que o que atrai é, no fundo, é a vida que temos os dois, aquilo que vivemos e o que gostamos um do outro”) e o forte compromisso pessoal (“E o que eu sinto é amor. Não passa.”); (eu gosto dela porque desde, isto é uma coisa que vem desde ... há dezoito anos que eu a conheço estás a ver não tenho tido chatices nenhuma com ela a gente encaixa perfeitamente e portanto a gente dá-se bem. O que é que eu te posso dizer gosto dela, a gente dá-se bem, não tenho chatices nenhuma com ela, se me disseres assim queres mudar eu digo não eu estou bem, agora chamem a isso amor, chamem paixão chamem o que quiserem, não sei”).

Como zonas de maior fragilidade salientam-se circunstâncias mais externas ao casal: o desgaste provocado pelo filho, sobretudo, devido a uma fraca rede de apoio social, a falta de tempos livres provocada pela profissão, pelo filho, e pela ausência de uma rede de apoio social (“São, muito poucos mesmo, pouquíssimos. E... pronto, tentamos aproveitar da melhor maneira, mas... pronto, isso acho que na nossa relação é o que tem a nota mais baixa. São coisas um bocado exteriores, pronto, não estão muito na nossa mão, a não ser se se mudasse de emprego, mas dentro daquilo que a pessoa faz, não está muito na nossa mão criar os tais tempos livres, não é? Com o trabalho (atribuição da falta de tempos livres). Principalmente com o trabalho, porque como já disse, ele trabalha à noite, de dia... Pronto, eu posso criar um tempo livre para mim, mas não é com ele, pronto, eu criava antes... agora, nem isso tenho, porque o meu tempo é com o Luis, é sempre com o Luis, e isso... coitado do Luis, não se vai dizer, é o culpado, mas tem a tal influência de ocupar o resto do tempo, contribui bastante, porque... eu acho que também pelo facto de nós termos levado muito tempo sem o ter

criámos... levámos dez anos a vida a vida a dois, e criam-se os grandes hábitos de irmos ao cinema, termos tempo para ler, e depois isso acaba, não é?"); (Neste momento, neste momento também não são grande coisa, porque toda a nossa vida agora está numa situação que é assim, temos o miúdo que nos ocupa o espaço todo, temos o trabalho, tenho os meus pais que estão a fazer a vivenda tenho que os ir ajudar e sempre que é preciso uma coisa, fim de semana, portanto precisamos de ter mais tempo e não, não temos estás à ver e o pouco tempo que a gente tem a gente não pode curtir como gostávamos, temos que ir fazer actividade que a gente até gosta de as fazer pá, mas temos que fazer outras"), o que deixa algumas sequelas ao nível da sexualidade, nomeadamente ao nível da frequência de relações sexuais ("neste momento o miúdo retira-nos toda esta mística que havia para, tanto em tempos, como ele estar agora está na nossa cama porque não sei quantos, quando ele acorda já ele está na nossa cama, pronto perde-se bastante em termos sexuais com o nascimento do puto. Sim, não, o Luís interfere bastante. Interfere bastante, nós fazemos muito menos do que o que fazíamos porque, por causa disso, porque estamos cansados estamos chateados e não há, não estão reunidas as condições e não apetece ou se apetece a um o outro, não apetece e dificilmente arranjam um apetite igual na mesma altura no mesmo ponto estás a ver, pronto mas é por causa destas coisas todas não é por causa de gostar mais ou gostar menos").

Caso 35/36

Casamento de 11 anos.

Este casal revela uma qualidade positiva da relação, bem como satisfação conjugal (mulher: "É um Deus"; homem: "Um jardim, talvez, uma paisagem, um verde... Porque existe uma certa harmonia entre nós. Eu

quando digo um jardim, não é aquele jardim, com flores bonitas, é assim uma paisagem, um verde... harmonioso”).

Saliente-se a intensidade dos sentimentos (“Os problemas da vida é que nos vão muitas vezes fortalecendo. Muitas vezes nós podemos amar uma pessoa, mas como não houve problema, não houve conflitos, as coisas estão no ar, tudo bem. Com os problemas, às vezes vemos o quanto gostamos dessa pessoa. Costuma-se dizer que é pela ausência que nós notamos, não é, a falta que as pessoas nos fazem e eu acho que no amor é muitas vezes pelos conflitos que aparecem e como os problemas se resolvem, que nós vemos também o quanto gostamos da outra pessoa. Sim, sim, ao longo dos anos, tomei mais consciência do quanto gosto da minha esposa”); (É tudo, é o melhor homem do mundo, dá-me tudo aquilo que eu quero. Muita (admiração), não o trocava por ninguém. Sou uma louca por ele. Procuro agradar-lhe em tudo”), a empatia e apoio emocional (“ele foi o que me ajudou mais. Muito apoio... Para compensar o sofrimento que eu tive, além do carinho, além de tudo o que ele me dá ele ainda vem com extras, com prendas. Ele é muito esse género. Gosta muito de oferecer flores, prendas, coisas que eu gosto, é muito amoroso. É super carinhoso... Mas, por exemplo, ele como sabe que eu ando com os olhos pintados e eu com a cevala, eu fico com os olhos molhados e arde-me, se ele me vê com os olhos pintados ele é o primeiro a oferecer-se. Por exemplo, há certas tarefas que ele não tem jeito, nem gosta. Como ele não tem jeito, nem gosta eu também não insisto. Lá o picar a cebola, ele pica, porque mesmo não pintando os olhos, eu tenho uma grande alergia à cebola e ele é logo a primeiro a dizer: «eu pico-te a cebola»; e confiança (“Talvez a entrega, a confiança...”); (Eu pego-lhe mais ajuda, do que ele. Em tudo, em todos os aspectos. Eu sou mais fraca do que ele, menos vivida, embora quem olhe para mim não pareça. Ele não, ele é um homem calmo, um homem vivido, embora quem olhe para ele parece que não,

mas é um indivíduo à vontade, em qualquer parte que esteja. Não tem problemas em falar em público. Sim, admiro-o muito. Portanto é uma pessoa que não tem problemas em qualquer lugar que esteja, enquanto eu tenho problemas de timidez... é um bom filho; um bom irmão; tem tudo de bom. É um bom marido”), e a identidade de casal (“Há confiança total entre nós, partilha... Sim, sim é recíproca. É tudo, em todas as áreas. Nós conversamos muito e partilhamos muito. Sim, sim, sim. Desde que nos conhecemos. Sempre que nos conhecemos houve uma abertura muito grande. Nunca houve esconder nada, sempre expressámos o que pensávamos...”).

Como principais zonas de fragilidade, destacamos a forte dependência por parte da esposa em relação ao marido (“Mas acho que existe uma grande dependência muito grande da minha esposa em relação a mim, que é ela é muito dependente de mim”), e a sexualidade (“Ora bem, tem havido várias mudanças, devido aos problemas que vêm do exterior que criavam limitações. Quer dizer não é criar limitações, mas que provocam às vezes estados de espírito que não favorecem, talvez a relação. Como é que hei-de explicar? Os problemas fazem complicar a vida, fazendo a pessoa ficar preocupada com os problemas de modo a que se alheie do acto e da relação entre nós. Sim, não é entre nós, é uma coisa que vem de fora”).

Caso 39/40

Casamento de 1 ano.

Este casal revela uma qualidade positiva da relação, bem como satisfação conjugal (mulher: “sei lá dois golfinhos a brincar no mar. SA. Não sei. Porque são uns bichinhos simpáticos, carinhosos, amigos e pronto, e também porque gostamos um bocado do mar”; homem: “Bem não existem

mares de rosas; as rosas têm espinhos, sei lá; pronto pode ser isso, pode ser um ramo de rosas... têm espinhos, com espinhos”).

Salientamos a intensidade de sentimentos (“a pessoa gostar de estar e depois gostar de estar junto e quando penso nele e não estou com ele, é com carinho e às vezes, sei lá, quando estou à distância, depois acho que realmente não me devia ter chateado tanto, ou tenho que ceder. É assim, eu gosto de o ver satisfeito e feliz, pronto, isso é importante para mim. Mas às vezes há alturas, há alturas que não nos apercebemos disso, não é, estamos no momento, mas eu fico um bocado triste e acho que também é um bocado por aí que se pode sentir. Fico um bocado triste quando eu fiz qualquer coisa que o magoou ou que até eu podia não ter sido tão disparatada e até podíamos ter resolvido as coisas e até podíamos ter feito as coisas que ele gostava. E depois é o estar junto e partilhar, a mesma casa, as mesmas coisas, não ter que fazer as coisas sozinha, poder partilhar ideias, mesmo que às vezes não sejam iguais”); (Porque quer dizer se a S estiver dois dias fora de casa eu já sinto saudades dela. Sem dúvida, sinto a falta dela. Não é que a casa fique desarrumada por causa disso, nem é que eu sinta a mesma falta de alguém para fazer o jantar não é. Sinto a falta dela e acho que ela também sente a minha, pelo menos quando eu chego ela diz que sim, quer dizer no fundo, pronto definir é muito difícil, sei lá, sinto-me pequenino longe dela... Eu gosto muito por exemplo quando ela chega a casa, faz uma grande festa e eu gosto muito disso, quer dizer mas eu gosto de tudo não, isso é muito difícil. Sim, eu gosto mesmo de tudo”), e o forte compromisso pessoal (“(ideal) Não! É o meu homem”); (Quer dizer eu acho que vai estar tudo bem”).

Como zonas de maior fragilidade, destacamos os conflitos ao nível da privacidade/Autonomia, Rede Social (“mas houve uma altura de conflito, e

porque é que os meus amigos eram tão importantes, e eu expliquei-lhe porque eram, porque os conhecia há muito tempo. E depois houve conflitos com os amigos dele também, mas é engraçado, mas foi depois. No início houve uma altura em que o L. se afastou muito dos amigos e isso acabou por fazer com que nós saíssemos mais com os meus amigos e depois houve uma altura em que nos afastamos e depois voltámos. Mas os amigos dele porque é que foram motivo de conflito? É assim, os amigos dele são impecáveis, só que têm dias. Têm dias em que são impecáveis e depois têm dias em que bebem uns copos e já não tenho paciência para os aturar, pronto. E nesse aspecto às vezes discutimos”, Profissão (“Bem a minha profissão talvez, às vezes interfere um bocadinho mais com a parte doméstica, como o meu trabalho é técnico eu gosto de ter sempre algumas coisas para me divertir lá em casa entre aspas e isso causa assim um bocadinho de espaço, porque rouba lá em casa só para mim em relação ao trabalho dela acho que não... Sim, pode, pode existir e existem às vezes porque, porque pronto a minha maneira de pensar é um bocadinho diferente nesse aspecto, e às vezes a decisão que eu acho que ela devia tomar ela não, não tem feitio para isso ou não a toma porque acha que é diferente, então aí às vezes podemos ter conflitos por causa disso”), e Gestão Doméstica (“Em relação à vida doméstica eu gostava que ele fosse um bocadinho mais preocupado. Em que... é assim, por exemplo, eu não gosto de sair de casa e deixar tudo de pantanas, não. E depois ando com pressa e acho que às vezes... portanto ele às vezes está à minha espera, está ali de um lado para o outro a fumar um cigarro e tal.... estou eu a fazer a cama ou ... sei lá, qualquer coisa, pronto a deixar as coisas mais organizadas porque ele às vezes está à minha espera e estou eu a fazer essas coisas. Por outro lado acho que tem a ver, não sei com ele ser distraído. Eu acho que ele é um bocado preguiçoso a fazer essas coisas todas, Acho é que há sempre mais coisas para fazer, gostava que ele

fizesse mais vezes o jantar porque chega mais cedo e podia lembrar-se de fazer isso, pronto”), algumas decisões impositivas (“por acaso tem acontecido quando o L. tem muito gosto pelas aparelhagens e do não sei quê e das novidades de tudo o que tem a ver com a música e normalmente ele tem assim umas ideias repentinas e descobre que saem aparelhos novos e... é assim”), a sexualidade (“É assim, acho que há coisas engraçadas, não é, tem a ver com a altura que nos apetece e tem a ver um bocado com isso às vezes, umas vezes não andamos lá muito bem coordenados, pronto, e acho que tem a ver com o facto de termos pouco tempo, porque há pouco tempo para tudo, não é, e então às vezes o tempo passa e podíamos... e às vezes temos mesmo que optar, não é, ou vamos sair ao fim de semana ou não vamos, pronto”); (Estou (satisfeito), se calhar podia estar mais um bocadinho se fosse pela S era mais, se fosse pela S era mais. Sim, a S gostaria que fosse mais vezes”) e a interdependência (“Talvez não esteja tudo tudo certo, mas invasão do espaço, por exemplo eu sou mais invasora porque, lá está, eu tenho tendência a querer falar e conversar sempre, quase sempre e, embora ele seja também uma pessoa comunicativa, se está a ver televisão, por exemplo, é a pior coisa que lhe faço, ainda ontem por exemplo.... depois é horrível porque nós sabemos perfeitamente que a pessoa não nos está a ouvir, não é, mas a tentativa de puxar a atenção é assim eu às vezes invado um bocado, especialmente quando ele está lá nas coisas dele e a ver televisão e a fazer qualquer coisa assim e eu às vezes sou um bocado invasora”); (em relação à caça submarina é por exemplo que é uma das actividades que eu gosto, e quase nunca faço exactamente porque por causa dela, se não fosse ela fazia muito mais”).

Caso 41/42

Casamento de 2 anos.

Este casal revela uma qualidade positiva da relação, bem como satisfação conjugal (Mulher: *“Assim uma praia com palmeiras e com o mar. Porque é parecido com o sítio onde nós passamos a Lua de Mel, e nós pensamos sempre que havemos de voltar, quando tivermos dinheiro”*; homem: *“Lembrei-me de essencialmente, lembrei-me talvez do mar e da praia, que a J gosta muito, lembrei-me da quinta dela, do campo em termos de vastidão também, a beleza, não sei porquê lembrei-me de relva, talvez do campo não sei. Sim, também me lembrei da cidade à noite tipo um mar de vida iluminada com as coisas todas novas o alcatrão novo, tudo novo não sei, talvez porque, assim uma vida grande, talvez isso tenha a ver com Paris com o facto de termos vindo a Paris há pouco tempo e de termos gostado muito de estar lá”*).

Salientamos a qualidade positiva global da relação neste casal, particularmente a forte identidade de casal e a elevada sintonia (*“Sinto uma coisa muito forte e muito bonita, um grande amor, uma grande paixão. Explicava-lhe que sei lá, pelo gostar de estar com ele, gostar sempre de conversar com ele, tem muito a ver com o físico, tem muito a ver com a companhia, com o gostarmos de estar juntos e com o gostarmos de partilhar as coisas, acho que é isso a partilha”*); (Bom, eu acho que é mesmo amor. É um misto de maré de amizade, uma enorme necessidade de estar com ela, uma certa insatisfação quando ela não está, não quer dizer a não ser por alguma razão se ausentasse contra a nossa vontade e isso sim seria um desespero, mas pronto por alguma razão à partida também não penso que será terrível se ela não tivesse porque se ela não estiver uma vez que tomamos as decisões todas em conjunto é porque se achou que seria melhor

ela não estar, portanto não é nenhum drama, claro sente-se saudades não é, só mas é assim uma sensação como que sentir mesmo dependência de alguém, uma enorme vontade de estar sempre com ela e sentir-me numa grande dependência dessa pessoa, mais uma atracção física mas no caso claro que sim, é difícil de facto exprimir ... Eu acho que isso é impossível de responder, acho que é, não sei é quase física é como gostar de sumo de laranja, agrada-me no fundo é porque me dá prazer estar com ela, não é mas muito prazer”).

Como zonas de alguma fragilidade, embora pouco relevante, salienta-se a gestão doméstica e a relação da mulher com a família de origem.

Caso 45/46

Casamento de 10 meses.

Este casal revela uma qualidade positiva da relação, bem como satisfação conjugal (mulher: *“Mas o que é que eu pintava, pintava o mar. Uma praia, um mar às vezes calmo outras vezes levemente mais agitado, mas nunca em tempestade. Sim constantemente em movimento. Calma, felicidade, sonhos sei lá, tantas coisas”*; Homem: *“Sem tar figuras humanas, sei lá assim um campo e uma casa de campo, uma coisa daquelas que estão ali. A paz, o sossego”*).

Saliente-se a elevada sintonia, e uma qualidade positiva global da qualidade da relação (*“O que é que sinto pelo A, é maior do que tudo... É assim, é aquela pessoa que me completa a todos os níveis, que foi feita para mim eu sei lá. O amor, para mim é, é eu pensar em mim nele como um só, tendo uma só amplitude”*); (*Não sei olhe pouco a pouco acho que somos assim digamos que um casal assim para a frente, pouco a pouco, vamos, portanto,*

nós... sei lá os pais dela sempre foram muito liberais, nós já dormíamos juntos lá em casa dela e então aprendemos, tivemos muita sorte nesse aspecto porque deu para nos conhecer bastante um ao outro, para termos a certeza que realmente não foi nada de espontâneo "olha vamos casar e pronto", não... temos a certeza que, tivemos a certeza na altura que realmente era com aquela pessoa que queríamos passar o resto da vida").

A zona de maior fragilidade parece ser uma menor equidade ao nível do controlo relacional, particularmente na distribuição das tarefas ("A P é que faz quase tudo (tarefas)... eu sou mesmo preguiçoso, sou assim, nesse aspecto sou completamente ao contrário do que ela é, ela é bastante organizada e gosta das coisas certinhas e tudo ali certinho, direitinho eu não já não sou tanto assim"); (Gestão doméstica, eu organizo-me por mim e por ele, porque ele é muito descuidado nessas coisas... a nível financeiro somos um pouco os dois eu organizo aí pronto as facturas e essas coisas sou eu que organizo mais eu sou mais organizada do que ele").

Caso 47/48

Casamento de 2 anos.

Este casal revela uma qualidade positiva da relação, bem como satisfação conjugal (mulher: "Duas flores. Eu acho que o H. é tão bonito como uma flor, e ele a mim trata-me por flor"; homem: "É o sol, é o calor não sei. Pelo conforto, por aquela sensação que se tem de um quente bom").

Saliente-se a qualidade da comunicação ("mas a maioria dos nossos desentendimentos chegam a bom porto, porque nós conseguimos... falar, falar francamente, acho que é uma parte muito boa do nosso relacionamento, acho que é o melhor que nós temos..."), a intensidade dos

sentimentos (“Olhe, eu conheço o H há imenso tempo, há 10 ou 11 anos, e neste momento é... um irmão para melhor. Tenho uma confiança total nele, tenho um à vontade total com ele, e tenho uma grande admiração por ele, e para além disso vem toda a outra parte física, não é?, pronto, que faz parte de um casamento. Para mim é amor, quer dizer, eu não sinto isto por mais ninguém do universo... é engraçado, porque eu estive um ano na Alemanha, antes de casarmos, e toda a gente me dizia, tu és maluca, tu vais-te embora, ele apanha-se aí com uma loura, e tu com um alemão, e acaba tudo, mas isso nunca me ocorreu, porque mesmo que estivesse longe dele, não ia alterar nada, porque já passou isso... Eu acho que a nível de sentimentos, ele é muito, muito, muito bom, eu tenho uma admiração enorme por ele, ele consegue manter-se num estado puro, e eu acho isso muito bonito”); (Ah, tanta coisa, para além de gostar dela, amor, admiração, mais gosto em estar com ela, a paciência dela, é uma pessoa que me completa muito”), e a auto-revelação (“Ah, sim, falamos imenso, falamos imenso, sobra a nossa relação, e houve uns amigos nossos que se separaram agora, e o H ficou morto de medo... nós uma vez tivemos uma discussão grande, grande, grande... quer dizer, tive eu... por causa do dinheiro, pronto, e isso marcou muito o H, e às vezes estamos a discutir, e ele pergunta-me logo, mas isto é uma questão financeira?, e eu digo não!, e ele dizia, “aquela discussão que tu tiveste por causa do dinheiro, um dia, se calhar, vai acabar por vir, e eu tenho medo que nós não sejamos capazes de...”, eu acho que nós falamos, pronto, da relação, entre nós, como é que estão as coisas, e...”); (Sim, falamos muito do que gostamos e de como mostramos e como gostávamos que fosse”).

As zonas de maior fragilidade parecem ser relativas à equidade ao nível do controlo relacional (“A outra dificuldade é que nós tivemos exemplos completamente diferentes, ele sempre viveu com os pais, e habituou-se a que as coisas funcionassem um bocadinho para além dele, não

é?, as coisas apareciam, e eu estive quase sempre na minha vida em autogestão, e portanto, tenho aquele vício de tratar das coisas, de pagar as contas e de pensar como é que vamos puxar deste mês, mas a sensação que eu tenho é que estou um bocadinho saturada de ser sempre eu... isto porque a personalidade do H. é... ele é uma pessoa completamente aérea, portanto, ele próprio...”), e à privacidade/autonomia. (“De qualquer maneira... só há uma coisa aí que falha, que falha e que me chateia que é nós só temos um carro, e temos os dois de... eu tenho de esperar pelo H, e isso desgasta-me imenso, o H é completamente aéreo, eu também sou, mas consigo viver de outra maneira, ele demora horas a fazer a barba, demora horas a tomar o pequeno almoço, e eu estou sempre atrasada, havia muitas vezes que chegava atrasada à empresa que é uma coisa que eu detesto, e sentia que tinha direito à minha autonomia, que fazia parte de mim... mas isto ainda não conseguimos resolver totalmente, isto está para ser trabalhado... ser independente de manhã... Mas acho que eu e o H somos muito independentes, se ele me diz, hoje fico até mais tarde no escritório... só há uma coisa que não funciona, além desta, é que o H tem muito esta coisa, ele diz, olha vou sair daqui a um quarto de hora, espera por mim, e depois é hora e meia, e eu isso põe-me completamente, descontrola-me, fico passada da cabeça, porque sinto que estou presa, quer dizer, eu não me importo que ele leve hora e meia desde que me deixe ter a minha vida, fazer o que me apetece. Mas por outro lado, eu sei que ele não me faz isto para me prender, ele é que é despassarado, faz parte da personalidade dele”).

Caso 49/50

Casamento de 3 anos.

Este casal revela uma qualidade positiva da relação, bem como satisfação conjugal (mulher: *“Sei lá, talvez uma árvore que estivesse a crescer, numa fase de crescimento”*; homem: *“talvez, sei lá um pôr do sol ou talvez um pôr do Sol penso que sim. Não sei pelas cores pelo nascer do novo dia, pela vontade não é, sei lá vontade sempre de mudança e de qualquer coisa que vai acontecer, que pode acontecer, não sei qualquer coisa que está para vir e que acho que poderá ser bom”*).

Saliente-se a intensidade de sentimentos (*“Essas coisas eu não sei explicar e eu não sei, calhar aconteceu nós éramos amigos, depois de uma amizade, veio uma coisa muito mais forte, e agora nós somos casados e eu continuo a gostar dele como gostava ou ainda mais”*); (*gosto dela não é, sei que gosto dela, que me faz falta nalgumas situações, é uma pessoa que eu admiro também, e é uma pessoa que sei que posso contar com ela às vezes para desabafar sei que é uma excelente amiga também não é, e pronto e claro todas aquelas coisas, gosto muito dela pronto. É amor... Por ser uma pessoa meiga, uma pessoa meiga, por ser uma pessoa que me compreende que me ouve, aceita-me como eu sou, pelo aspecto físico, também, é essencialmente por isso*), e a interdependência (*“tenho plena confiança nele e nem estou a pensar que vais encontrar aquela ou não, nem pensar, sai porque eu sei que ele gosta de sair, ele gosta e nesse aspecto ele gosta muito mais de sair à noite do que eu, eu gosto mais de ficar em casa, sou muito mais... ele não, ele gosta mesmo de sair à noite, e estar com os amigos e não sei quê, mas não, há dias que por exemplo eu gostava que ele se calhar não fosse ou estou mais sensível ou estou mais aí chateia-me um bocado, mas não é, nem nunca lhe digo olha não vás fica em casa ou não nunca lhe*

digo”); (é um aspecto que eu acho extremamente positivo na nossa relação é isso (respeito pela privacidade), portanto, e às vezes há outras pessoas que se calhar às vezes não entendem não é, mesmo em namoro sei lá às vezes as pessoas diziam “Olha vi o I com não sei quem à noite no carro”, quando eu saía, normalmente vou com amigos ou amigas tenho, pronto tenho imensas amigas, principalmente mulheres e de maneiras que saía de vez em quando com uma ou com outra pronto sem grandes problemas e às vezes e às vezes isso vinham dizer à M, mas não nunca houve conflito por causa disso, não é, e ela normalmente respondia às pessoas eu conheço não sei quê e às vezes falava-me fulano tal disse-me isto e não sei quê, e desmontávamos a situação não havia aquele problema e hoje em dia também não há mesmo depois de casados nesse aspecto não, pronto também continuo às vezes a sair com esta ou com aquela, estás a ver ou vou encontrando com não sei quem num bar ou por aí fora não, não é motivo para conflito”).

Como zonas de maior fragilidade, destacam-se os conflitos ao nível da gestão doméstica (“Às vezes chateio-me um bocado porque às vezes venho cansada do trabalho, normalmente o I chega sempre depois de mim a casa, e às vezes quando ele chega primeiro que eu o que é raro também gostava de chegar a casa e já ter o jantar pronto por exemplo percebes, e não está tenho que ser eu, e às vezes fico um bocado chateada”); (Não, se calhar no principio participava mais, e tem se vindo a desleixar um bocadinho da minha parte, nesse aspecto é verdade e ela de vez em quando até me chama a atenção, I tens que fazer isto, vê lá se fazes isto, ajuda-me a fazer isto e tal, pronto e eu aí às vezes caio em mim e que realmente tenho que a ajudar não é”), da família de origem (“Sim, eu principalmente falo muito nisso porque acho que, nesse aspecto acho que o I falha um bocado, para mim gostava que ele desse uma importância que não dá, eu não sei se ele faz por mal se faz... eu acho que ele não faz por mal mas às vezes

isso magoa-me um bocado, porque eu dou-me muitíssimo bem com a família dele e se calhar se me dou é por causa dele também no fundo e tento às vezes, dar o meu melhor em relação a ele, e acho que gostava que ele fizesse um bocado a comparação"); (Pode, pode esta é uma área sensível (família de origem). É, da nossa relação é (a área mais sensível), acho que é pronto já houve várias situações pontuais em que nós já discutimos por causa deste assunto") e da sexualidade ("o I por exemplo às vezes não compreende que, como é que eu hei-de explicar, eu por exemplo sou uma pessoa que se eu não fizer amor em si, o acto sexual em si uma semana, a mim não me transtorna, mas ao I já não é bem assim, ele considera que isso é uma coisa extremamente importante na vida de um casal, eu acho que é importante e dou muito valor a isso, mas se não acontecer eu também não vou morrer por causa disso, percebes o que eu quero dizer, o I acho que já não pensa muito assim, e claro às vezes eu sinto que ele fica um bocado triste entre aspas, por eu às vezes não corresponder aquilo que ele anseia percebes, nesse campo às vezes penso que sim"), e algumas queixas relativas à expressão de sentimentos ("Eu acho que em relação a mim mudou um bocado, eu era muito mais... eu quando namorava dizia-lhe por exemplo verbalmente dizia-lhe com muito mais frequência que propriamente agora depois de casada não sei porquê, nós já falámos, talvez sei lá, devido à vida que agora uma pessoa tem muito mais agitada, muito mais complicada e às vezes sem querer acabamos por deixar que essas coisas desapareçam um bocado, mas quando damos conta tentamos recuperar e fazer os possíveis para que as coisas voltem ao normal, mas depois acaba por acontecer novamente, acho que nesse aspecto eu mudei muito mais do que o I"); (Se calhar digo-lhe mais eu, eu às vezes reclamo isso, às vezes reclamo isso, digo-lhe muitas mais vezes eu, pronto digo-lhe expressamente que gosto dela que a amo que, não sou pessoa de elogiar por exemplo, agrada-me ver

por exemplo quando ela se arranja não é, mas não sou pessoa de lhe dizer "olha estás muito bonita" e ela às vezes sente-se um bocado... mas digo-lhe e pronto e às vezes, no nosso dia a dia beijo-a").

Caso 51/52

Casamento de 3 anos.

Este casal revela uma qualidade positiva da relação, bem como satisfação conjugal (mulher: *"O mar, o mar e areia talvez. A areia é levada pelo mar, o mar que entra na areia e a areia que entra no mar"*; homem: *"Sem figuras humanas, não sei se calhar um campo cheio de flores"*).

Saliente-se a elevada sintonia, e uma qualidade global da qualidade conjugal (*"Admiração, carinho, e muito amor. Isso acho que é mais complicado de dizer, é um bocado de tudo, de admiração, é complicado explicar acho que é um sentimento que nós sentimos cá dentro e é difícil de expressar o que é o amor. Acho que há sempre, há sempre coisas que nós vamos descobrindo e as pessoas acabam por transmitir coisas, e o casamento é diferente do namoro e há coisas que nós vamos conhecendo que se calhar não conhecíamos antes, umas vezes más, outras vezes boas... Gosto da compreensão, do carinho, da admiração que demonstra por mim, da ajuda, da partilha, da ajuda"*); (*O que eu sinto pela L... ah... isso eu não lhe posso dizer, só eu é que sinto... É um bocado indescritível, é bastante, acho que nem tenho palavras para retratar, para dizer que gosto dela. É único, é único e é único, e acho que é um bocado acho que seria um bocado, não nem quero pensar nisso, mesmo que queira, realmente gosto imenso dela, amo-a imenso e acho-a maravilhosa. Admiro-a muito, admiro-a, por acaso admiro imenso, admiro-a imenso. Não ainda não mudou. Estou a falar, pois não, quem fala assim realmente "ainda não", tiro o ainda e deixo o não, não, não e*

desejo que continue assim, não porque ela é bastante aberta e eu também sou e conseguimos resolver bem as situações, não é muito, não é muito viva, não é muito como é que eu hei-de explicar, não é muito eu também os feitios são praticamente iguais vá. Somos parecidos e temos muita calma muita paciência, muita pachorra, muita coisa junta essas coisas todas que faça com que a gente confie realmente, damos mais importância nisto tudo, damos sempre o braço a torcer um pelo outro, não, não somos muito egoístas, muito... rígidos, mas não é... ia para dizer o braço a torcer, era não somos teimosos pronto”).

Como zonas de maior fragilidade, destacamos alguns conflitos ao nível da gestão financeira, e dos tempos livres, embora pouco relevantes.

Caso 59/60

Casamento de 4 anos.

Este casal revela uma qualidade positiva da relação, bem como satisfação conjugal (mulher: *“A nossa relação é assim, estás a ver assim uma montanha, uma montanha não, um espaço cheio de ervas verdes muito altas, assim com muita luz”*; homem: *“isto é assim tipo uma planície, onde temos muito por onde andar, há vários caminhos e depois escolhemos o mais acertado, o mais acertado, não quer dizer que seja de si o mais fácil, pronto fazemos... a subir muito ou a descer, mas o caminho vai-se passando e o tempo vai fazendo com que nós consigamos andar, umas vezes mais escuro, outras vezes menos escuro”*).

Saliente-se a facilidade de ajustamento mútuo, a qualidade da comunicação (*“por exemplo há situações em que a gente pensa bom, é assim, há aqui qualquer coisa que não está a funcionar muito bem, sabes o que é,*

nós somos um bocado assim, porque geralmente quando isto acontece é porque realmente os dois já sentimos que há qualquer coisa que não está bem, e tem isso acontecido vá lá com mais frequência agora, porque houve uma grande transformação, quer dizer a nossa vida deu assim uma volta muito grande, agora já não tanto porque a Sofia já vai começando a ser mais... já deixámos de estar tão obcecados por o bebé que... já é uma coisa mais, já começámos a entrar no dia a dia normalmente, que é uma coisa normal, mas ao princípio as coisas foram, sempre foi tudo tão planeado, percebes, foi tudo tão querido que nós saltámos por cima de algumas coisas e aí depois elas surgiram, quando nós começámos a perceber, que agora não temos tempo nenhum para estar os dois, um com o outro e é uma coisa que nós cultivávamos tanto e isso começou depois, começámos a perceber que havia, que tínhamos que arranjar formas, para ultrapassar esse problema e pronto e ela entretanto tivemos que sentar um bocado e dizer olha isto está a acontecer assim, não achas que está acontecer eu já tinha reparado que estava...”); (Alguém tem de ceder, não é, quando há duas situações em que alguma tem de ser o que acontece é isso, quando há duas opiniões diferentes há um que tem que dar um bocadinho e o outro dar um bocadinho, tentamos compensar para não ser sempre o mesmo dar, uma vez dá um outra vez dá outro porque tem”), e a forte identidade de casal (“Não, não, não põe em causa a minha relação com o M. (modelo ideal) Acho que não. É assim, a ideal para mim é a que eu tenho, para mim é a relação ideal”).

Destacam-se como zonas de maior fragilidade, a intensidade de sentimentos apenas moderada no homem, algumas queixas da mulher relativamente à expressão de sentimentos do homem (“Às vezes gostava que ele me dissesse mais, gostava que ele fosse mais frontal”), a sexualidade (“Porque é uma coisa que eu gosto, só que sei lá, é assim, eu gosto se ele demora por isso é que eu gostava que eu tivesse mais a

iniciativa, gostava que as coisas surgissem, mais vezes de mim, que não fosse tanto ele a ter de me provocar, gostava de eu o provocar, talvez seja das tais coisas que, de vez em quando, lá me salta assim a respiração”); e a consideração de alternativas por parte da esposa (“É assim, eu tenho algumas, não sei como é que hei-de dizer, tenho, eu apaixono-me muito facilmente, mas tenho um amor platónico, sabes como é, gosto muito de, mas porque gosto muito de, mas sem ter, vá lá, referir-me a um homem por exemplo, não é, como a hipótese de que poderia substituir o M, gosto dessa pessoa porque tem qualquer coisa que desperta em mim, não é?”).

Caso 61/62

Casamento de 4 anos.

Este casal revela uma qualidade positiva da relação, bem como satisfação conjugal (mulher: “Um vaso cheio de flores... é agradável... flores coloridas...”; homem: “O que é que pintava um elefante e uma formiga. Porquê um elefante e uma formiga, porque o elefante está à frente da formiga não é. Acho que sim, é harmónico. Carinho, o elefante não vai fazer mal, e a formiga também não vai fazer mal ao elefante”).

Saliente-se a elevada sintonia, e, de um modo global, a qualidade positiva da relação (“É estar sempre disponível, é decidir, é partilhar, pronto é um bocado dar a vida por ela... À medida que o tempo vai avançando vai sendo mais, mais, mais forte, tudo aquilo que sinto por ela é mais, não é mais forte é mais natural, mais não é tão simples já é tem mais consistência, tem mais e à medida que o tempo vai passando as coisas... é uma sensação que tenho uma coisa que é difícil de verbalizar, principalmente a ela, quando ela se sente bem completamente despida de tudo não é, é tipo uma fusão não é tipo isso”); (Sinto admiração... amor... é admiração, amizade,

compreensão; são lugares comuns, mas é isso; realmente concentrado no C e que eu nunca senti assim por alguém... Mudou... mudou porque acho que a nossa relação cresceu muito, começou muito baixo; foi no princípio uma mera atracção física sem pensar em consequências; e cresceu, cresceu até se tornar aquilo que é neste momento... naquela altura nem ele nem eu nos passou pela cabeça que isso pudesse acontecer, sei lá; acho que mudou, cresceu mesmo, tomou formas que nós não imaginávamos de certeza que poderia tomar, nem no princípio nem no meio... Quando estamos aqui, e podemos falar um bocadinho, podemos estar a fazer o jantar ou a fazer outra coisa qualquer, mas podemos estar um bocadinho... Sim (modelo ideal de relação)... não estava muito longe da minha relação... valorizava o companheirismo, a partilha, tem a ver com a partilha, o companheirismo é uma coisa que... alguém que estivesse presente, alguém que fizesse companhia... (modelo de parceiro) Não, acho que não... até agora, pelo menos foi o C").

Como zonas de maior fragilidade, destaca-se a sexualidade ("Não, já houve momentos mais físicos. Já significou muito mais. Já teve um significado diferente. Já foi mais tipo profundo agora já não é assim tanto profundo, já é mais..."); (pode haver uma dificuldade em aceitar... às vezes associar isto a não gostas de mim, ou as coisas não funcionam bem porque não queres, mas agora acho que isso também já foi ultrapassado... Sim; acontecia algumas vezes; amuados, porque hoje apetece-me e a ti não te apetece... o amuo era das duas partes... Sim; há sem dúvida, há especialmente porque nós sempre demos muita importância; durante muito tempo foi quase aquilo que sustentou a nossa relação; demos bastante importância, e entretanto; hoje em dia, digamos que a frequência... a qualidade talvez não... mas a frequência diminuiu imenso; e acho que há uma necessidade de mudar, e que alguma coisa se altere; mas alguma coisa tem

de acontecer...”), e uma percepção apenas moderada sobre a expressão de sentimentos (“Há ali em aspecto que de facto é que eu acho sempre que é o aspecto da não sei se é confiança mas acho que eu sinto bastante confiança nela, e ela às vezes há situações que não, não é, não tem; não sei se mas às vezes tenho a percepção que ela não tem confiança, em vários aspectos, embora não é aquela de ter confiança é não se sente segura em certas coisas. É mau não consigo transmitir isso, pronto mas ao longo dos tempos ao principio acho eu...”); (Se calhar, não sou muito de mostrar... não, não sou... não sou muito verbalizadora, e também não sou muito afectiva, acho que ele é muito mais do que eu, e diz também muito mais do que eu... Não, acho que eu sou mais de agir, não é?, e depois às vezes não é fácil as pessoas perceberem, não é?, é mais por aí... Os dois devíamos mudar, porque ele devia perceber que é a minha forma de comunicar, e eu devia ser mais explícita...”).

Grupo de Risco

Não apresentaremos, aqui, tantos excertos das entrevistas, nem nos referiremos, em pormenor, às zonas de fragilidade, uma vez que estes casais serão analisados com maior detalhe no capítulo relativo à Discussão dos Resultados.

Caso 13/14

Casamento de 16 anos.

Este casal, marcado por uma baixa sintonia, parece encontrar-se num processo de mudança negativa da qualidade e da satisfação conjugal.

(mulher. “mas talvez em termos de cor, eu acho que punha, eu punha assim uma boa dose de azul, punha uma boa dose de amarelo, porque o amarelo também tem a ver com a agressividade e com quem somos, não consigo neste momento visualizar assim uma, sem ser mais em termos de cores não é, uma coisa assim mais abstracta. Não é estático, não, eu acho que essas manchas são muito movimentadas, eu vejo o mar sem manchas, o mar portanto é uma percentagem de ciclones não é, e é variável às vezes tem mais azul e às vezes tem mais amarelo, é”; homem: “Tenho muita dificuldade em lhe responder, um quadro que reproduzisse a minha relação tenho muita dificuldade em lhe responder a essa pergunta, optava por um casal de mão dada, perto de uma paisagem”).

Como zonas de maior força destacam-se: designação dos sentimentos de Amor (ainda que a intensidade seja fraca) (“O que é que eu sinto o que é normal num casal que se ama, eu como costumo dizer eu casei quando já estava farto de estar solteiro, e casei por amor. O que é que é o amor, é complicado de definir quer dizer, olhe, é querer bem à pessoa, é querer, não sei, não sei definir o amor é querer, é desejar o bem para o outro quer dizer, é complicado definir o amor”), percepção positiva sobre os sentimentos e sobre a expressão dos sentimentos por parte do homem (“Olhe esta relação do dia a dia, uma pessoa gosta mais de estar em casa do que sair por exemplo, gosta mais de estar com ela do que ir dar uma volta, é a vivência diária naturalmente... Eu acho que o amor é tudo isso (verbalizar, físico) e pode não ser nada disso ou pelo menos isso pode ser pouco, eu penso que as atitudes quer dizer, as atitudes é o dia a dia, os próprios problemas do dia a dia, acho que isso, os beijinhos vem quando realmente houver oportunidade para isso que às vezes não quer dizer que não haja amor, mas pode não haver tanta disposição para beijinhos não é, quando a gente não tem problemas em nenhuma espécie se calhar há mais beijinhos,

*quando há existem menos não é, o facto destas coisas, é casada? Isso não quer dizer que tenha menos amor, quer dizer é diferente as pessoas têm um grau de maturidade diferente e com a idade, e como é completamente diferente em termos de... não quer dizer que a gente goste menos só que o tempo pronto vai-nos amadurecendo e... Isso a conversa às vezes não quer dizer nada não é quer dizer a conversa tanto serve para o bem como serve para o mal quer dizer. Eu acho que é a vivência do dia a dia não somos artificiais”), percepção positiva sobre a sexualidade por parte da esposa (*Não eu acho que aí não, eu acho que aí nós somos um bocado de pele, um bocado da pele de um com a pele do outro, como dizem os Brasileiros não é, eu acho que não, em termos de... por exemplo o facto da inibição na relação da expressão de sentimentos em termos pessoais, em termos de sentimentos de vida digamos assim sou mais inibida do que em termos de expressão sexual, talvez aí porque o meu instinto felizmente não foi suficientemente repressivo, quer dizer na educação, e portanto, nesse aspecto eu talvez seja mais espontânea”).*

Caso 25/26

Casamento de 10 anos.

Este casal parece encontrar-se no início de um processo de mudança negativa da qualidade e da satisfação conjugal (mulher: **Eu acho que nós temos assim um marco na nossa relação que é a Torre de Belém. Outro marco é o Castelo de São Jorge, porque foi no Castelo de São Jorge que nós nos conhecemos, mas foi numa fase da relação em que eu não estava disponível para ele, enquanto a Torre de Belém foi um momento de descoberta de um sentimento mútuo. Também o café Ribamar que foi um café onde também reforçámos a nossa relação, porque estudávamos lá muito*

os dois, e penso que foi naquelas conversas, no estar e nos encontrarmos frequentemente que também fomos continuando a relação. Em termos de objectos colocaria um Renault 5 que era um carro que ele tinha, e que é um carro com que nós temos assim uma grande relação afectiva...”; homem: “uma coisa alegre, depois uma coisa com mar, gostamos muito do mar, tipo como uma coisa que a gente não sabe até onde é que vai dar, que tem uma linha lá ao fundo, um horizonte, as que nós não sabemos como é que é, e essa surpresa permanentemente caminhando nesse mar, depois também, já que estamos no mar, com umas gaivotas, umas aves, que têm uma liberdade enorme, um céu muito azul, mas com umas nuvens também, porque dá aquela noção de céu não com uma cor só, mas que tem lá qualquer coisa em cima, e que também faz parte das expectativas que nós temos, e das coisas que acreditamos em comum...”).

Salientam-se, como zonas de força, designação dos sentimentos por Amor, intensidade muito forte dos sentimentos (“Eu penso que é uma relação de amor, e penso que há momentos em que é mais um amor romântico, há outros momentos em que é mais um amor companheiro, acho que é essencialmente isso, bastante forte...”); (Eu sinto um amor... o que é que é o amor... talvez para especificar o que é que eu sinto pela G, é pensar que eu dificilmente me via casado com outra pessoa, isto é, a quantidade de pontos em comum, as coisas que a gente gosta de falar, e tenho a G como a minha melhor amiga, é com quem eu partilho mais...”), percepção positiva dos sentimentos, forte identidade de casal (“nós temos um ritual que é sempre que fazemos o aniversário de casamento, vestimo-nos de noivos, e então... e temos o ritual de beber uma bebida que trouxemos dos Açores quando passámos a lua de mel, que é uma bebida horrorosa... e conversamos sobre a nossa relação, temos um ritual assim. As vezes, nós notamos que... tem acontecido que eu cumpro o ritual, mas é ele que insiste para falar da nossa

relação... é engraçado, ele sente particularmente a necessidade de conversar, não quer dizer que eu não sinta a necessidade, mas eu sou mais ??? do que ele... temos fotografias com as filhas, e então tem sido engraçado, ver a nossa evolução ao longo dos anos. Outro momento em que normalmente conversamos sempre sobre nós é na passagem de ano, mesmo se passamos com amigos ou familiares, ou no regresso, ou... falamos sempre durante a noite sobre nós...”), e expectativas positivas de eficácia relacional por parte da esposa.

Caso 37/38

Casamento de 9 anos.

Esta casal parece encontrar-se num processo de mudança negativa da qualidade e da satisfação conjugal. Note-se a baixa sintonia entre os cônjuges, sendo que o marido tem, de um modo global, uma percepção muito mais positiva sobre a relação (e sobre a parceira) do que a esposa (mulher: *“Dois pássaros que voam ao lado um do outro. Porque eu acho que nós temos... para além da nossa coexistência que é assumida, em termos práticos, em termos da vivência no dia a dia, do assumir da família, etc., etc., nós existimos também como duas pessoas perfeitamente paralelas, nós podemos caminhar juntos, mas não somos aquele género que caminha um em cima do outro. Ou se quiseses, talvez eu seja uma árvore, e ele pode ser o pássaro que lá pousou (Risos)”*; homem: *“teria que ir para uma paisagem com qualquer coisa, onde houvesse mais mudança, isso leva-me para o mar, porque o mar de facto há dias que está calmo, há dias que tem ondas picadas, há dias em que tem tempestades, mas o mar o não é coisa para ir a lado nenhum, sim ia para o mar. O mar mas não numa imagem estática... No dia a dia, pronto, não vou dizer como é que está o mar, porque teria que*

descrever o mar hoje, não é se estava picado, se estava alto, se estava baixo, e qualquer coisa... Não, não o mar, acho que seríamos o mar sim, na relação que eu e a ... seríamos o mar”).

Salienta-se como zonas de força, a maior proporção de percepções positivas globais sobre a relação, por parte do marido, relativamente às percepções negativas, a percepção positiva global sobre a parceira, a designação dos sentimentos por Amor, a percepção positiva sobre os sentimentos (*“Amor e amizade. Gosto dele de uma maneira... quer dizer, tenho por ele um gostar muito sólido, como é que eu hei-de dizer?, muito lúcido, é uma pessoa muito importante para mim, é uma pessoa com quem eu me preocupo, e que me suscita preocupação, é uma pessoa que eu gosto de ver bem disposta, que eu gosto de a ver feliz e satisfeita, que eu quero que as coisas lhe corram bem... é uma pessoa que me faz muita falta, é uma pessoa que quando não está ao pé de mim, pronto, sei lá, se a minha avó não estiver ao pé de mim, pronto, tudo bem, a minha mãe, o meu pai, os amigos, mas pronto, com ele é diferente, é como se fizesse parte da minha existência, é como se um bocadinho de mim... já existe naquela pessoa. O que é que é isso do amor? Gosto dele, gosto dele, gosto de viver com ele...”*); (*Sim, se tivesse que explicar o que era amor..., isso de explicar amor é arte, é uma arte, e eu... mas pronto, amor é de facto, o amor é, é principalmente, é o sentimento mais nobre que nós temos, o amor depois, enfim tem a ver com a admiração pessoal, com gostarmos da personalidade da pessoa, gostarmos... quer dizer, acima de tudo..., bom como é que hei-de dizer isto, eu acredito que há diversas formas de chegar ao amor e de uma maneira geral são formas diferentes, quer dizer, nós podemos, neste meu caso particular, isto começou com uma tracção física, com uma atracção física... que eu acabei por conhecer depois a A quanto à sua personalidade, etc., etc., posteriormente, é claro que se eu quando a conheci cheguei à conclusão que*

a amava, e que esse amor que eu tinha por ela era o máximo, se é que isto pode ser graduado em escala, mas vamos supor, que sim, mas admitir que sim, portanto este amor que tenho é o máximo da escala, e tudo isto foi... teve uma amplitude, foi sempre crescendo de tal forma que eu sempre achei, cada vez mais, que a amava mais, mais, mais, e mais, e mais... isto porquê, porque a fui conhecendo a tal ponto que hoje em dia a questão física é que é rapidamente esquecida, enfim, porque assim foi, hoje em dia o amor que eu tenho por ela, se eu tivesse por algum motivo que amar outra pessoa, não, não..., teria que levar dez anos a atingir esse mesmo amor, quer dizer porque já não é só uma questão física, já não é uma questão só de simpatia com a personalidade, não, há aqui uma construção que já vai de... Há uma história, e essa história já vai há dez anos, não tenho ao certo, mas pronto, já dura há dez anos, pronto, e é isso, e há-de ser mais e mais penso eu, quer dizer, hoje tenho ideia que a amo ao máximo, e se calhar daqui a mais dez anos chego à conclusão que ainda não era o máximo, porque ainda hoje, há aqui mais e mais e mais e mais..., pronto, e de facto isto tem a ver com companheirismo, com conflitos e com tudo, com circunstâncias que ambos passámos e que resolvemos, etc.”), a percepção positiva sobre o respeito pela privacidade, a elevada confiança do marido, as expectativas positivas de eficácia relacional (“Em relação à parte menos boa, que é a parte da intimidade emocional, da sexualidade, tu vais ver, quando ouvires isto, que o meu tom de voz baixou, a minha carga energética positiva diminuiu. Mas isso é em função do desvalor que isso representa neste momento para mim. Agora, isso não significa que eu desacreditei. Não, antes pelo contrário, isso significa que eu tenho a percepção destas coisas todas, e digamos que eu estou... eu não estou de braços cruzados à espera, mas não acho que a mudança se possa fazer em qualquer contexto. Acho que deve haver um contexto de mudança que permita avançar num determinado sentido, que eu

própria me... como eu já te disse eu preciso de qualquer coisa que aconteça, não é uma mudança... não é como o estar deprimida e deixar de estar, isto é um assunto meu, não isto é uma coisa que é envolvente, isto é uma coisa que já faz parte da relação interpessoal e não intrapessoal, estás a perceber? Então, acho que há um contexto de factores que condicionam isto que eu tenho estado a falar neste momento, e que é preciso perceber para gerar a mudança. Há disponibilidade para a mudança da minha parte, há vontade, e eu também acredito nela, mas não é o momento, não estou a ver que nada de hoje para amanhã... para já não é uma revolução, é uma coisa, parece-me a mim, terá de ser uma coisa imperceptível, porque eu hoje não sou uma pessoa inibida sexualmente e amanhã sou uma louca na cama, quer dizer, não é isso. Mas é o ser insuportável, como é incomportável uma despesa, é insuportável este peso que eu agora tenho aqui dentro de mim, e como é insuportável, vai ter de ser alterar, agora não é de hoje para amanhã, não é com um estalar de dedos, há-de haver um contexto favorável para que se altere”), e o forte compromisso pessoal por parte do marido.

Caso 43/44

Casamento de 4 anos.

Este casal, pouco sintónico, parece estar num processo de mudança negativa da qualidade e da satisfação conjugal (mulher: “eu diria a primeira coisa que me ocorre é assim uma paisagem Alentejana... Porque acho que neste momento como estamos a entrar no momento da calma, creio que agora o L está a ser menos impulsivo a reagir às coisas, está a ser mais calmo, porque sinto que agora estamos a entrar numa fase, passámos aquele período das discussões daquelas coisas, estamos a assentar em relação a diversas coisas, alguma estabilidade também em termos da vida profissional

dele, da minha, em relação à Rita por causa do período em relação ao infantário que tem sido muito complicado, agora as coisas parece que se estão a compor assim um bocadinho, eu própria me estou a sentir um bocadinho mais organizada em termos da minha vida familiar, doméstica, e acho que me sinto assim com uma grande calma”; homem: “isso fazia uma árvore cheia de raízes, é lógico umas raízes maiores do que outras não é, mas ainda uma árvore pequenda”).

Salientam-se as seguintes zonas de força: equidade elevada (“Por exemplo haver a partilha, esta comunhão que há entre nós em termos por exemplo a divisão das responsabilidades domésticas acho que é fundamental, não consigo, não me estou a ver num casamento completamente desnivelado”), designação dos sentimentos por Amor (ainda que a intensidade não seja muito forte) (“Sinto assim um grande carinho, talvez um grande carinho, uma grande amizade. Eu acho que sim, eu acho que sim, é amor... por exemplo, dentro de um supermercado, eu detesto diospiros não gosto, e compro diospiros porque sei que ele gosta, se calhar isso são manifestações de amor estás a ver, ou seja, ele acaba por estar presente em situações diversas e porque equaciono as coisas muito em função dele percebes, se há que reconhecer que fui exigente o que às vezes posso ser pouco flexível, eu acabo por ceder mais do que aquilo que à partida deixaria ceder isso porque gosto dele e o quero ver bem também”); (O que é que eu sinto pela L, é assim como é que eu hei-de dizer, o que é que poderá sentir por uma pessoa que se gosta. Eu acho que não sou diferente dos outros, para estar com uma pessoa tenho que gostar não é, tenho que ter amizade e tenho que ter amor não é... ter mais alguma coisa do que tenho com outras pessoas. O amor é assim é daquelas coisas é como um... é difícil de explicar, é difícil de explicar, essas coisas são sentidas, não são racionais, portanto é um sentimento e pouca razão, por muito complexo que possa parecer... o que

é que atrai é assim a mim atrai-me a maneira como ela tem de organizar as coisas, capacidade organizativa, a maneira como se mexe em relação às coisas e eu também gosto muito da maneira como ela actua em relação à Rita; eu por vezes eu nesse aspecto sou pecador, sou um pouco pecador talvez aí seja, portanto aquilo que eu gosto mais; eu gosto muito de quando eu chego a casa e tenho a refeição feita, também gosto”); percepção positiva dos sentimentos por parte da esposa, e de um modo global, percepções menos negativas sobre a relação e sobre o parceiro por parte da esposa.

Caso 53/54

Casamento de 2 anos.

Este casal parece estar no início de um processo de mudança negativa na qualidade e satisfação conjugal (mulher: “Talvez um céu cheio de estrelas e uma conjugação com três, três estrelinhas”; homem: “como é que eu punha, punha o nosso filho, punha o nosso filho não ao centro, porque acho que como é evidente o filho é a coisa que nós queremos mais, mas acho que antes do filho está a esposa que foi a primeira pessoa que nós conhecemos, o quadro que eu pintava éramos nós os três, talvez num pôr do sol que era ... num pôr do sol não, num nascer do sol, pôr do sol não, é mais para acabar, o nascer do sol é uma coisa inconfundível, e o pôr do sol também, talvez fosse isso, mas ao lado, o filho ao lado porque é uma coisa que eu acho nós, eu digo isto agora porque ele ainda não nasceu se calhar, mas a mulher é que foi a coisa com quem nós nos casamos e é a pessoa com quem nós queremos partilhar o resto da nossa vida, o filho digamos que é uma coisa que vem por acréscimo e por nós termos escolhido, mas é esse o quadro”).

Como zonas de força, saliente-se o facto das percepções globais negativas serem ainda mínimas, apesar das percepções globais positivas serem baixas, a qualidade positiva da comunicação, a equidade elevada, a designação dos sentimentos por Amor, a percepção positiva dos sentimentos (“Pronto é a pessoa mais importante na minha vida e sempre foi desde que a gente namorou, passámos por muitas fases umas mais complicadas do que outras, e houve situações em que se esteve mesmo para a ruptura, que queria acabar com tudo, e eu sempre consegui puxá-lo para o meu lado com situações que se calhar não se aceitavam e eu aceitei-as e inclusivamente o N sempre me disse que eu ao aceitá-las que nunca iríamos ter uma relação normal porque eventualmente podia as deitar à cara e iria sempre ser uma pedra no sapato, mas tem-se conseguido sempre gerir muito bem e eu consegui ter sempre, eu encarei sempre o namoro com o N uma coisa para toda a vida e tenho conseguido manter muito e amado sempre muito, portanto eu não sei dizer o que é que sinto pelo N: O que é que é o amor, aí é tanta coisa que eu não sei, a sério é tanta coisa, nem sei dizer a palavra é tudo, é a amizade, é a compreensão, é no meio disto tudo é os conflitos, e conflitos esses que são importantes que a gente se vai conhecendo melhor, é a sexualidade, é a atracção, é tanta coisa que eu nem sei dizer, especialmente agora que eu estou à espera de bebé então tem aumentado muito mais, é e está a ser muito enriquecedor, e acho que vai ser muito mais daqui para a frente”); (O que é que sinto por ela sinto amor e sinto, sinto, era o que eu falava há pouco, a paixão nós dizemos sempre que é quando namoramos e eu acredito um pouco nisso porque as pessoas vão, vão atingindo uma certa maturidade, mas acho que ainda não perdi isso pela, pela minha mulher. Sim, não, mas não, muda porque não é aquela coisa que eu falava há pouco da novidade que é sempre quando conhecemos a outra pessoa damos, queremos dar a conhecer e queremos conhecer o mais

possível da outra pessoa e queremos agradar, agora já não é tanto isso porque nós já sabemos viver um com o outro, mas acho que não se perdeu a paixão dos carinhos, o afecto, fazer uma festa, dar um beijo, assim sem estarmos a falar ou qualquer coisa não se perdeu isso”), e a percepção positiva da expressão de sentimentos (“Sei lá tantas maneiras, desde uma palavra amiga, desde um beijo, desde uma festa desde a sexualidade acho que é tanta coisa”) e as expectativas positivas por parte da esposa.

Caso 55/56

Casamento de 5 anos.

Este casal encontra-se no início de um processo de mudança negativa na qualidade e na satisfação conjugal (mulher: “Eu acho que nós somos um bocadinho o mar, porque tão depressa estamos assim, o mar calmo, como de repente uma tempestade brutal, ondas enormes e acho que nós vivemos muito assim”; homem: “vejo como um casal que se conseguiu plantar”).

Salientam-se, como zonas de força, a designação dos sentimentos por Amor, a intensidade muito forte dos sentimentos, a percepção positiva dos sentimentos (“Eu acho que adoro o A. Eu tenho uma atracção física enorme por ele, eu acho que ele é assim o homem mais bonito, mais atraente, mais sexy (risos). E acho que muito da nossa relação tem a ver com isso, com o lado químico. Eu acho que, às vezes, nós não falamos muito sobre as coisas, porque olhamos muito para o outro. Isso tem aspectos negativos, porque depois há muitas questões que não são definidas e mais tarde vêm a causar conflito. Mas pronto, não era essa pergunta. Para além deste aspecto de achá-lo muito bonito, deste aspecto físico, eu tenho muita admiração por ele. Por exemplo, em termos profissionais, admiro muito a postura dele.

Depois eu acho que ele é uma pessoa que era incapaz de não ajudar alguém e eu admiro muito isso nas pessoas. É capaz de fazer tudo para ajudar uma pessoa. E depois muito íntimo, muito honesto. Tem qualidades que são muito boas. Depois outras coisas que não são qualidades: desajeitado, distraído, acho que é tudo junto, não é? Não sei descrever. Mas eu acho que nos completamos mesmo um ao outro. Nós somos completamente diferentes. Não temos nada a ver um com o outro. Tirando assim aqueles aspectos mais gerais, normalmente as pessoas têm valores em comum (risos)...Não, não é bem assim. Por exemplo, nós somos os dois muito teimosos e isso acaba por dar um bocadinho o choque entre nós. Achamos os dois...temos um bocadinho aquele sentimento que temos os dois a razão e gostamos muito...eu não diria autoritarismo, mas de ficar com a razão, de ter a última palavra e eu acho que isso às vezes... (factor de atracção) Eu acho que é muito a integridade dele e o sentido de justiça. Ele é muito... independentemente do sentimento que ele tem pela pessoa, se de facto na situação não é justa com a pessoa e não está a ter a atitude mais correcta, ele assume isso. Não toma o partido simplesmente pelo facto de ser eu, ou ser a filha, ou ser uma pessoa de quem ele gosta muito, mantém mesmo... Eu acho que isso é mesmo um aspecto muito importante": "Acho que sinto amor, acho que sinto um grande carinho, sinto admiração, atracção, acho que sinto muita complementaridade também, porque eu sou muito diferente da J, nós somos aliás isso já se notou, valorizamos coisas muito diferentes, agora uma coisa é certa eu preciso da J para me equilibrar, ou melhor dizendo, o meu lado, o meu lado independente diz-me que eu não preciso completamente da J, mas uma coisa e eu não tenho a mais pequena dúvida, eu sou muito mais equilibrado com a J do que o seria sem a J ... pronto de facto por outro a J trouxe-me uma coisa muito importante que foi obrigou-me a vencer muita da minha inércia e muita da minha preguiça para algumas coisas, eu acho que eu com a J dei

passos que sozinho não tinha dado e sem dúvida que se eu hoje em dia pronto acho que algumas coisas minimamente me orgulho de ter feito acho que a J tem um papel muito importante nisso; nesse aspecto ela é muito complementar em relação em relação a mim. É pessoa que tem muita força, é uma pessoa que não tem medo das coisas que e aliás quando reparei e vi que ela me ajudou a dar muitos passos que se calhar eu sozinho ia demorar muito tempo a dar eu sei que ia dar, tem muito a ver com isso, ela atira-se de cabeça às coisas, e isso é uma coisa que eu admiro bastante nela, por outro lado acho que é uma pessoa, eu acho que a J é uma pessoa muito, muito carinhosa, muito afectuosa, nem sempre, nem sempre o é, mas pronto mas no aspecto também, eu acho que é ela para mim significa uma mistura de sentimentos, uma mistura de sentimentos mas que me permitem preencher muitos espaços que doutra forma não conseguiria preencher, portanto áreas minhas que sem a J ficaria completamente sem conteúdo, com a J ficam com conteúdo que eu acho que devem ter”), a percepção positiva da expressão de sentimentos por parte da esposa, a percepção positiva da qualidade da empatia/apoio sobretudo por parte da esposa (“Nós dividimos muito tudo. Quando algum de nós tem um problema se calhar a primeira coisa que faz é pegar no telefone e telefonar ao outro. Portanto, sabemos que há sempre uma palavra de apoio e o facto de estarmos a viver um momento muito bom, não quer dizer que não tenhamos tido momentos bastantes graves e o nosso casamento não tivesse sido posto em causa. Se bem que eu acho que isso tem a ver um bocado com a maneira de como encaramos os conflitos, porque verdadeiramente nunca sentimos isso, ou pelo menos não nos imaginamos viver um sem o outro, mas independentemente da situação, quando algum de nós tem um problema sério nós mobilizamo-nos para ajudar; pronto, empenhamo-nos muito para ajudar a resolver esse problema. Por exemplo, eu agora estava bastante em baixo em termos profissionais e estava muito

insatisfeita e triste com tudo isso e o A. ajudou-me imenso a tomar a decisão de deixar um emprego que me dava alguma segurança e partir um bocadinho para o desconhecido. Eu acho que se não tivesse o apoio dele eu não tinha feito isso”), uma identidade de casal elevada (“Eu acho que crescemos juntos. Nós sempre tivemos muito esta paixão, esta atracção física, acho que foi sempre tudo mais unido e acho que foi através disso que nós conseguimos construir uma relação mais madura. Eu acho que nós agora nos conhecemos muito melhor, em todos os aspectos. E isso influenciou muito a nossa intimidade. Acho, que nos ajudou muito”), e expectativas positivas de eficácia relacional mais acentuadas na esposa.

Caso 57/58

Casamento de 3 anos.

Este casal encontra-se num processo de marcada mudança negativa da qualidade e satisfação conjugal (mulher: “O cavalo Pégaso, o cavalo alado, a dirigir-se em direcção ao sol, em sentido ascendente, o sol simbolizando o amor”; homem: “Veio-me assim uma imagem do campo com todos os elementos naturais, com todos os passarinhos, e de repente, uma imagem também do planeta terra como um só... porque me preocupo, pelo menos tento que seja o melhor de nós próprios, seja construir e doar a cada um de nós, e é sempre nesse sentido de mudar”).

Salientam-se, ainda como zonas de força, a designação dos sentimentos por Amor (ainda que com intensidade fraca), uma percepção positiva sobre os sentimentos (“amor... Instinto de protecção, irradiação, é um sentimento constante que tem vindo sempre a aumentar, uma compreensão cada vez maior daquilo que ele é. É a capacidade de amar que ele tem, no fundo, aquilo que me atrai é aquilo que eu não tenho, não quer

dizer que eu não seja capaz de sentir, mas que é diferente... a nossa relação é mesmo do equilíbrio de da balança, porque nós somos muito diferentes e o que um tem o outro compensa, e o que eu acho que acontece é que ele tem a mais algo que eu já tive, eu já não tenho por compensação, porque ele tem a mais... E esse é um dos problemas, porque joga a nível sexual, porque ele tem a mais, e eu já lhe expliquei isso, mas já deixei de explicar. Ele é demasiado..., tem muito espírito de iniciativa, tem muita paixão, aquela paixão que ele tem, fá-lo ser muito intenso, e eu já fui assim, mas agora já não sou"); (Ela é uma grande mulher, apesar de toda a fragilidade, se vier uma rabanada de vento, fica logo toda a abanar, mas acho que dentro dela, é assim uma grande mulher. Eu admiro-a bastante. Muito desse amor vem através dos filhos. Acho que os filhos são fundamentais numa relação com ela. Às vezes, pergunto-me se não estou com ela, porque ela tinha o Filipe. Funcionou como um factor de atracção (a E já ter um filho). Achei que era importante, eu tenho uma relação muito especial com o Filipe, achei que o meu papel era ali, acho que isso foi fundamental. E não só, também, ela... ela é uma mulher que apesar de caminhar por um caminho muito diferente... no fundo de nós próprios, nós temos um ideal muito comum, e isso aproximou-nos bastante"), e expectativas positivas de eficácia relacional por parte da esposa ("Eu não sei porquê, mas acho que esta liberdade que o carro pode dar, acho que pode melhorar a relação, não é que ela esteja má, mas pronto... essa coisa dos tempos livres").

8.2. Análise Comparativa Global – Descrição dos Resultados

De modo a possibilitar uma percepção mais clara das diferenças entre os dois grupos de casais, apresentamos uma descrição tão sumária quanto possível dos resultados encontrados nos casais dos grupos referidos², quer relativamente ao grau de satisfação, quer relativamente aos processos operativos, cognitivos e afectivos.

Relativamente à Satisfação Conjugal Global (EASAVIC)

- Verifica-se que dos 24 casais (48 participantes) que constituem o grupo sem risco, 19 casais e 3 participantes desemparelhados, obtiveram um resultado correspondente a Muito Satisfeito ou a Totalmente Satisfeito; dois casais e 3 participantes desemparelhados obtiveram um resultado correspondente a Satisfeito.

- Dos 7 casais (13 participantes³) que compõem o grupo de risco, 2 casais e 4 participantes desemparelhados (8 participantes: 53/54, 57/58, 25, 38, 43, e 55) obtiveram um resultado correspondente a Muito Satisfeito, 4 participantes desemparelhados (14, 37, 44, e 56) obtiveram um resultado correspondente a Satisfeito, e 1 participante desemparelhado (13) obteve um resultado correspondente a Razoavelmente Satisfeito. Não há dados sobre um dos elementos que constituem este grupo.

²O grupo sem risco é constituído por 24 casais: 1/2, 3/4, 5/6, 7/8, 9/10, 11/12, 15/16, 17/18, 19/20, 21/22, 23/24, 27/28, 29/30, 31/32, 33/34, 35/36, 39/40, 41/42, 45/46, 47/48, 49/50, 51/52, 59/60, e 61/62.

O grupo de risco é constituído por 7 casais: 13/14, 25/26, 37/38, 43/44, 53/54, 55/56, e 57/58. Este último casal - 57/58 - divorciou-se cerca de um ano após a realização da entrevista.

³ Não existem dados sobre um dos participantes.

Relativamente à *Quantidade de Comunicação* (Processos Operativos)

- Verifica-se que no *grupo sem risco*, 17 casais e 4 participantes desemparelhados (38 participantes) revelaram quantidade de comunicação *Moderada*; 3 casais e 4 participantes desemparelhados (10 participantes) revelaram *Muita* comunicação; nenhum participante revelou *Baixa* quantidade de comunicação.

- Relativamente ao *grupo de risco*, 3 casais e 3 participantes desemparelhados (9 participantes: 37/38, 55/56, 57/58, 26, 43, e 54) revelaram quantidade de comunicação *Moderada*, 2 participantes desemparelhados (25 e 53) revelaram *Muita* comunicação, e 1 casal e 1 participante desemparelhado (3 participantes: 13/14, e 44) revelaram *Baixa* quantidade de comunicação.

Relativamente à *Percepção da Comunicação* (Processos Cognitivos e Processos Operativos)

- No *grupo sem risco*, todos os casais (48 participantes) revelaram uma percepção *Positiva*.

- No *grupo de risco*, 1 casal e 2 participantes desemparelhados (4 participantes: 53/54, 26, 38) revelaram uma percepção *Positiva*; 1 casal e 3 participantes desemparelhados (5 participantes: 55/56, 14, 25, 43) revelaram uma percepção *Moderadamente Positiva*; 3 participantes desemparelhados (13, 37, 44) revelaram uma percepção *Moderadamente Negativa*; 1 casal (57/58) revelou uma percepção *Negativa*.

Relativamente à *Frequência de Conflitos* (Processos Operativos)

- Todos os casais do *grupo sem risco* revelaram uma frequência *Baixa* de conflitos.

No grupo de risco, 2 casais e 3 participantes desemparelhados revelaram frequência *Baixa* de conflitos (7 participantes: 53/54, 55/56, 14, 38, e 43), e 2 casais e 3 participantes desemparelhados (7 participantes: 25/26, 37/38, 13, 37, e 44) revelaram frequência *Moderada* de conflitos.

Relativamente à Intensidade dos Conflitos (Processos Operativos)

- Todos os casais do grupo sem risco revelaram uma intensidade *Ligeira* dos conflitos.

- No grupo de risco, 2 casais e 2 participantes desemparelhados (6 participantes: 13/14, 57/58, 37, e 44) revelaram intensidade *Grave* dos conflitos em algumas áreas da vida conjugal.

Relativamente à Percepção dos Conflitos (Processos Cognitivos e Processos Operativos)

- No grupo sem risco, 21 casais e 3 participantes desemparelhados (45 participantes) revelaram uma percepção *Positiva*; 3 participantes desemparelhados (4, 39, 49) revelaram uma percepção *Moderadamente Positiva*.

- No grupo de risco, 1 participante desemparelhado (14) revelou uma percepção *Positiva*; 2 casais e 3 participantes desemparelhados (7 participantes: 25/26, 53/54, 38, 43, 55) revelaram uma percepção *Moderadamente Positiva*; 3 participantes desemparelhados (37, 44, 57) revelaram uma percepção *Moderadamente Negativa*; 3 participantes desemparelhados (13, 56, 58) revelaram uma percepção *Negativa*.

Relativamente à Eficácia de Resolução de Conflitos (Processos Operativos)

- Todos os casais do grupo sem risco revelaram *Resolução Eficaz* dos Conflitos.

- No *grupo de risco*, 3 casais e 2 participantes desemparelhados (8 participantes: 25/26, 37/38, 57/58, 13, e 44) revelaram *Resolução Ineficaz* dos conflitos em várias áreas da vida conjugal.

Relativamente às *Reacções aos Conflitos* (Processos Operativos)

- Todos os casais do *grupo sem risco* (48 participantes) revelaram *Reacções Positivas Activas*.

- Todos os casais do *grupo de risco* (14 participantes) revelaram *Reacções Positivas Activas*.

- No *grupo sem risco*, 19 casais e 5 participantes desemparelhados (43 participantes) revelaram *Reacções Positivas Passivas*.

- No *grupo de risco*, todos os casais revelaram *Reacções Positivas Passivas*.

- No *grupo sem risco*, 16 casais e 3 participantes desemparelhados (35 participantes) revelaram *Reacções Negativas Activas*.

- No *grupo de risco*, 5 casais e 2 participantes (12 participantes) revelaram *Reacções Negativas Activas*.

- No *grupo sem risco*, 12 casais e 7 participantes desemparelhados (31 participantes) revelaram *Reacções Negativas Passivas*.

- No *grupo de risco*, 5 casais e 2 participantes (12 participantes) revelaram *Reacções Negativas passivas*.

Relativamente à *Iniciativa de Resolução de Conflitos* (Processos Operativos)

- No *grupo sem risco*, dos 35 participantes que se referiram a este aspecto, 2 casais e 9 participantes desemparelhados (13 participantes: 6 mulheres e 7 homens) afirmaram ser a iniciativa de resolução de conflitos igual em *ambos os elementos do casal*, 4 casais e 9 participantes

desemparelhados (17 participantes: 11 mulheres e 6 homens) afirmaram que é o *homem* quem tem, mais frequentemente, a iniciativa de resolução dos conflitos; 1 casal e 4 participantes desemparelhados (5 participantes: 4 mulheres e 1 homem) afirmaram que é a *mulher* quem tem, mais frequentemente, a iniciativa de resolução de conflitos.

- No *grupo de risco*, dos 11 participantes que abordaram este aspecto, 1 casal e 1 participante desemparelhado (3 participantes: 2 mulheres e 1 homem) afirmaram ser a iniciativa de resolução de conflitos igual em *ambos os elementos do casal*; 2 casais e 3 participantes desemparelhados (7 participantes: 3 mulheres e 4 homens) afirmaram que é o *homem* quem tem, mais frequentemente, a iniciativa de resolução dos conflitos; 1 participante desemparelhado (mulher) afirmou que é a *mulher* quem tem, mais frequentemente, a iniciativa de resolução dos conflitos.

Relativamente ao *Controlo Relacional - Distribuição das Tarefas (Processos Operativos)*

- No *grupo sem risco*, e no que diz respeito às *tarefas domésticas*, 7 casais e 6 participantes desemparelhados (20 participantes: 9 mulheres e 11 homens) referiram distribuição *equitativa*; 5 casais e 7 participantes desemparelhados (17 participantes: 9 mulheres e 8 homens) referiram distribuição desigual com *grande colaboração do homem*; 4 participantes desemparelhados (1 mulher e 3 homens) referiram distribuição desigual com *moderada colaboração do homem*; 2 casais e 1 participante desemparelhado (5 participantes: 3 mulheres e 2 homens) referiram distribuição desigual com *mínima colaboração do homem*; 1 casal (2 participantes: 1 mulher e 1 homem) referiu *ausência de colaboração do homem*.

- No *grupo de risco*, e relativamente às *tarefas domésticas*, 1 participante desemparelhado (homem: 54) referiu distribuição equitativa; 1

casal e 3 participantes desemparelhados (4 mulheres e 1 homem: 43/44, 13, 53, e 55) referiram distribuição desigual com *grande colaboração do homem*; 1 casal e 2 participantes desemparelhados (1 mulher e 3 homens: 25/26, 14, e 56) referiram distribuição desigual com moderada colaboração do homem; 2 casais (2 mulheres e 2 homens: 37/38, e 57/58) referiram distribuição desigual com *mínima colaboração do homem*.

- No grupo sem risco, e no que diz respeito às *tarefas financeiras*, 5 casais e 9 participantes desemparelhados (19 participantes: 10 homens e 9 mulheres) referiram distribuição *equitativa*; 5 participantes desemparelhados (1 mulher e 4 homens) referiram distribuição desigual com *grande colaboração do homem*; 1 casal e 2 participantes desemparelhados (4 participantes: 2 mulheres e 2 homens) referiram distribuição desigual com *grande colaboração da mulher*; 1 casal e 2 participantes desemparelhados (4 participantes: 3 mulheres e 1 homem) referiram distribuição desigual com *moderada colaboração do homem*; 1 participante desemparelhado (1 homem) referiu distribuição desigual com *moderada colaboração da mulher*; 1 casal e 3 participantes desemparelhados (5 participantes: 3 mulheres e 2 homens) referiram distribuição desigual com *mínima colaboração do homem*; 2 participantes desemparelhados (2 mulheres) referiram distribuição desigual com *mínima colaboração da mulher*; 2 casais (4 participantes: 2 mulheres e 2 homens) referiram *ausência de colaboração do homem*; e 2 casais (4 participantes: 2 mulheres e 2 homens) referiram *ausência de colaboração da mulher*.

- No grupo de risco, e no que diz respeito às *tarefas financeiras*, 3 participantes desemparelhados (1 mulher e 2 homens: 55, 38, e 54) referiram distribuição *equitativa*; 1 casal (1 mulher e 1 homem: 43/44) referiu distribuição desigual com *grande colaboração da mulher*; 1

participante desemparelhado (1 mulher: 37) referiu distribuição desigual com *moderada colaboração do homem*; 2 participantes desemparelhados (2 mulheres: 25 e 53) referiram distribuição desigual com *moderada colaboração da mulher*; 2 participantes desemparelhados (1 mulher e 1 homem: 57 e 56) referiram distribuição desigual com *mínima colaboração do homem*; 2 participantes desemparelhados (2 homens: 26 e 58) referiram distribuição desigual com *mínima colaboração da mulher*; 1 casal (1 mulher e 1 homem: 43/44) referiram *ausência de colaboração da mulher*.

- No grupo sem risco, e no que diz respeito às *tarefas parentais*⁴, 12 casais (24 participantes: 12 mulheres e 12 homens) referiram distribuição *equitativa*; 2 casais e 2 participantes desemparelhados (6 participantes: 4 mulheres e 2 homens) referiram distribuição desigual com *grande colaboração do homem*; 2 participantes desemparelhados (2 homens) referiram distribuição desigual com *moderada colaboração do homem*; 1 casal (2 participantes: 1 mulher e 1 homem) referiu distribuição desigual com *moderada colaboração da mulher*.

- No grupo de risco, e no que diz respeito às *tarefas parentais*⁵, 1 casal (1 mulher e 1 homem: 57/58) referiu *distribuição equitativa*; 2 casais e 2 participantes desemparelhados (4 mulheres e 2 homens: 13/14, 43/44, 25, e 55) referiram distribuição desigual com *grande colaboração do homem*; 1 participante (homem: 26) referiu distribuição desigual com *moderada colaboração do homem*; 1 casal e 1 participante (1 mulher e 2 homens: 37/38 e 56) referiram distribuição desigual com *mínima colaboração do homem*.

⁴ Consideram-se, aqui, apenas 17 casais, uma vez que, neste grupo, sete casais não têm filhos.

⁵ Consideram-se, aqui, apenas 6 casais, uma vez que, neste grupo, 1 casal não tem filhos.

Relativamente à Percepção sobre a *Distribuição das Tarefas* (Processos Cognitivos ∪ Processos Operativos)

- No *grupo sem risco*, e no que diz respeito à *Distribuição das Tarefas Domésticas*, 22 casais e 2 participantes (46 participantes) desemparelhados revelaram uma percepção *Positiva*; 2 participantes desemparelhados (3, 45) revelaram uma percepção *Moderada*.

- No *grupo de risco*, 2 casais e 3 participantes desemparelhados (7 participantes: 43/44, 53/54, 14, 25, e 38) revelaram uma percepção *Positiva*; 2 participantes desemparelhados (56, 58) revelaram uma percepção *Moderada*; 5 participantes desemparelhados (13, 26, 37, 55, e 57) revelaram uma percepção *Negativa*.

- No *grupo sem risco*, e relativamente à *Distribuição das Tarefas Financeiras*, 21 casais e 3 participantes desemparelhados (45 participantes) revelaram uma percepção *Positiva*; 2 participantes desemparelhados (9, 11) revelaram uma percepção *Moderada*; 1 participante desemparelhado (47) revelou uma percepção *Negativa*.

- No *grupo de risco*, e relativamente à *Distribuição das Tarefas Financeiras*, 4 casais e 1 participante desemparelhado (9 participantes: 25/26, 37/38, 43/44, 53/54, e 55) revelaram uma percepção *Positiva*; 2 casais e 1 participante desemparelhado (5 participantes: 13/14, 57/58, e 56) revelaram uma percepção *Negativa*.

- No *grupo sem risco*, e relativamente à *Distribuição das Tarefas Parentais*, todos os 17 casais com filhos revelaram uma percepção *Positiva*.

- No *grupo de risco*, e relativamente à *Distribuição das Tarefas Parentais*, dos seis casais com filhos, 3 casais e 3 participantes desemparelhados (9 participantes: 13/14, 43/44, 57/58, 25, 38, e 55)

revelaram uma percepção *Positiva*; 3 participantes desemparelhados (26, 37, e 56) revelaram uma percepção *Negativa*.

Relativamente ao *Controlo Relacional - Processo de Tomada de Decisões* (Processos Operativos)

- No *grupo sem risco*, 23 casais revelaram um processo de tomada de decisões *participativo e/ou consultivo* relativamente às várias áreas da vida conjugal; apenas 1 casal referiu também um processo *impositivo* de tomada de decisões.

- No *grupo de risco*, 6 casais e 1 participante desemparelhado (13 participantes) referiram também um processo de tomada de decisões *impositivo*; apenas 1 participante desemparelhado (55) referiu um processo de tomada de decisões exclusivamente *participativo e/ou consultivo*.

Relativamente à Percepção sobre o *Processo de Tomada de Decisões* (Processos Cognitivos ∪ Processos Operativos)

- No *grupo sem risco*, todos os casais revelaram uma percepção *Positiva*.

- No *grupo de risco*, 5 casais (10 participantes: 25/26, 37/38, 43/44, 53/54, 55/56) revelaram uma percepção *Positiva*; 1 casal e 1 participante desemparelhado (3 participantes: 13/14, e 57) revelaram uma percepção *Moderada*; 1 participante desemparelhado (58) revelou uma percepção *Negativa*.

Relativamente à Percepção sobre os Tempos Livres (Processos Cognitivos ∪ Processos Operativos)

- No *grupo sem risco*, e no que se refere à *quantidade de tempos livres Familiares/Sociais*, 5 casais e 8 participantes desemparelhados (18 participantes) revelaram uma percepção *Positiva* e 11 casais e 8 participantes desemparelhados (30 participantes) revelaram uma percepção *Negativa*; no que se refere à *quantidade de tempos livres exclusivos do*

Casal, 4 casais e 7 participantes desemparelhados (15 participantes) revelaram uma percepção *Positiva* e 13 casais e 7 participantes desemparelhados (33 participantes) revelaram uma percepção *Negativa*, no que se refere à *quantidade de tempos livres Individuais*, 11 casais e 9 participantes desemparelhados (31 participantes) revelaram uma percepção *Positiva* e 4 casais e 9 participantes desemparelhados (17 participantes) revelaram uma percepção *Negativa*.

- No grupo de risco, e relativamente à *quantidade de tempos livres Familiares/Sociais*, 1 casal e 1 participante desemparelhado (3 participantes) revelaram uma percepção *Positiva* e 5 casais e 1 participante desemparelhado (11 participantes) revelaram uma percepção *Negativa*, relativamente à *quantidade de tempos livres exclusivos do Casal*, todos os casais revelaram uma percepção *Negativa*, no que se refere à *quantidade de tempos livres Individuais*, 1 casal e 4 participantes desemparelhados (6 participantes) revelaram uma percepção *Positiva* e 2 casais e 4 participantes desemparelhados (8 participantes) revelaram uma percepção *Negativa*.

- No grupo sem risco, e relativamente à *qualidade de tempos livres Familiares/Sociais*, de *Casal* e *Individuais*, todos os casais revelaram uma percepção *Positiva*, excepto 1 casal (33/34) que, nos tempos livres *Familiares/Sociais* revelou percepção *Negativa*.

- No grupo de risco, e relativamente à *qualidade de tempos livres Familiares/Sociais*, 1 casal e 3 participantes desemparelhados (5 participantes) revelaram uma percepção *Positiva* e 3 casais e 3 participantes desemparelhados (9 participantes) revelaram uma percepção *Negativa*, no que se refere à *qualidade dos tempos livres exclusivos do Casal*, 3 casais e 3 participantes desemparelhados (9 participantes)

revelaram uma percepção *Positiva* e 1 casal e 3 participantes desemparelhados (5 participantes) revelaram uma percepção *Negativa*, relativamente à *qualidade dos tempos livres Individuais*, todos os participantes excepto 1 participante desemparelhado (58) revelaram uma percepção *Positiva*.

Relativamente à *Designação do Sentimento* (Processos Afectivos)

- No *grupo sem risco*, todos os casais referiram sentir *Amor* pelo parceiro.
- No *grupo de risco*, todos os casais referiram sentir *Amor* pelo parceiro.

Relativamente à *Intensidade dos Sentimentos* (Processos Afectivos)

- No *grupo sem risco*, 20 casais e 4 participantes desemparelhados (44 participantes) revelaram intensidade *Muito Forte* dos sentimentos; 4 participantes desemparelhados revelaram intensidade *Moderada* dos sentimentos.
- No *grupo de risco*, 4 casais (8 participantes: 25/26, 53/54, e 55/56) revelaram intensidade *Muito Forte* dos sentimentos; 1 casal (2 participantes: 43/44) revelou intensidade *Moderada* dos sentimentos; 2 casais (4 participantes: 13/14, e 57/58) revelaram intensidade *Fraca* dos sentimentos.

Relativamente à *Evolução dos Sentimentos* (Processos Afectivos)

- No *grupo sem risco*, 22 casais e 2 participantes desemparelhados referiram evolução *Positiva* dos sentimentos ao longo do tempo de casamento; 2 participantes desemparelhados referiram *Não Existir Alteração*.

• No *grupo de risco*, 2 casais e 3 participantes desemparelhados (7 participantes: 55/56, 57/58, 26, 38, 53) referiram evolução *Positiva*; 1 casal e 3 participantes desemparelhados (5 participantes) referiram *Não Existir Alteração*; 2 participantes desemparelhados referiram evolução *Negativa*.

Relativamente a *Queixas sobre Sentimentos* (Processos Afectivos)

• No *grupo sem risco*, apenas um participante (homem) desemparelhado referiu *Queixas* relativamente aos sentimentos do *homem*.

• No *grupo de risco*, 2 participantes desemparelhados (mulheres: 13, e 57) referiram *Queixas* relativamente aos sentimentos do *homem*; 1 casal (25/26) e 1 participante desemparelhado (homem: 58) referiram *Queixas* relativamente aos sentimentos da *mulher*.

Relativamente à *Percepção sobre os Sentimentos* (Processos Cognitivos e Processos Afectivos)

• No *grupo sem risco*, todos os casais revelaram uma percepção *Positiva*.

• No *grupo de risco*, 5 casais e 2 participantes desemparelhados (12 participantes: 25/26, 37/38, 53/54, 55/56, 57/58, 14, e 43) revelaram uma percepção *Positiva*; 2 participantes desemparelhados (13, e 43) revelaram uma percepção *Moderada*.

Relativamente à *Expressão dos Sentimentos* (Processos Afectivos)

• No *grupo sem risco*, 6 participantes desemparelhados (3 mulheres e 3 homens) referiram *queixas* relativamente à expressão de sentimentos do *homem*; 1 casal e 4 participantes desemparelhados (6 participantes: 3 mulheres e 3 homens) referiram *queixas* relativas à

expressão de sentimentos da *mulher*; nenhum participante referiu queixas relativas à expressão de sentimentos de *ambos os elementos do casal*.

- No *grupo de risco*, 2 participantes desemparelhados (1 homem e 1 mulher: 56 e 57) referiram queixas relativamente à expressão de sentimentos do *homem*; 3 participantes referiram queixas relativas à expressão de sentimentos da *mulher* (1 mulher e 2 homens: 25, 44 e 58); 5 participantes desemparelhados referiram queixas relativas à expressão de sentimentos de *ambos os elementos do casal* (3 mulheres e 2 homens: 13, 37, 43, 26 e 54).

Relativamente à Percepção sobre a Expressão dos Sentimentos (Processos Cognitivos ∪ Processos Afectivos)

- No *grupo sem risco*, 23 casais e 1 participante desemparelhado revelaram uma percepção *Positiva*; 1 participante desemparelhado (61) revelou uma percepção *Moderada*.

- No *grupo de risco*, 4 participantes desemparelhados (14, 38, 53, 55) revelaram uma percepção *Positiva*; 1 casal e 2 participantes desemparelhados (4 participantes: 25/26, 54, 56) revelaram uma percepção *Moderada*; 2 casais e 2 participantes desemparelhados (6 participantes: 43/44, 57/58, 13, e 37) revelaram uma percepção *Negativa*.

Relativamente à Qualidade da Empatia/Apoio (Processos Afectivos)

- No *grupo sem risco*, 23 casais e 1 participante desemparelhado revelaram uma percepção *Positiva*; 1 participante desemparelhado revelou uma percepção *Moderada*.

- No *grupo de risco*, 2 participantes desemparelhados revelaram uma percepção *Positiva*; 3 casais e 2 participantes desemparelhados (8 participantes: 25/26, 43/44, 53/54, 14, e 56) revelaram uma percepção

Moderada, 1 casal e 2 participantes desemparelhados (4 participantes: 57/58, 13, e 37) revelaram uma percepção *Negativa*.

Relativamente à *Necessidade de Apoio* (Processos Afectivos)

- No *grupo sem risco*, 12 casais e 6 participantes desemparelhados (30 participantes: 14 mulheres e 16 homens) referiram que *ambos os elementos do casal* necessitam igualmente de apoio; 5 casais e 5 participantes desemparelhados (15 participantes: 8 mulheres e 7 homens) referiram que a *mulher* necessita de mais apoio do que o homem; 1 casal e 1 participante desemparelhado (3 participantes: 2 mulheres e 1 homem) referiram que o *homem* necessita de mais apoio do que a mulher.

- No *grupo de risco*, 2 casais e 5 participantes desemparelhados (9 participantes: 6 homens e 3 mulheres) referiram que *ambos os elementos do casal* necessitam igualmente de apoio; 4 participantes desemparelhados (3 mulheres e 1 homem) referiram que o *homem* necessita de mais apoio do que a mulher; 1 participante (mulher) referiu que a *mulher* necessita de mais apoio do que o homem.

Relativamente ao *Apoio Real Prestado* (Processos Afectivos)

- No *grupo sem risco*, 15 casais e 6 participantes desemparelhados (36 participantes: 15 mulheres e 21 homens) referiram que o apoio prestado é igual em ambos os elementos do casal; 1 casal e 7 participantes desemparelhados (9 participantes: 8 mulheres e 1 homem) referiram que o *homem* presta maior apoio do que a mulher; 1 casal e 1 participante desemparelhado (1 mulher e 2 homens) referiram que a *mulher* presta maior apoio do que o homem.

- No *grupo de risco*, 6 participantes desemparelhados (2 mulheres e 4 homens) referiram que o apoio prestado é igual em *ambos os elementos*.

do casal, 5 participantes desemparelhados (3 mulheres e 2 homens) referiram que o *homem* presta maior apoio do que a mulher; 3 participantes desemparelhados (2 mulheres e 1 homem) referiram que a *mulher* presta maior apoio do que o homem.

Relativamente ao *Respeito pela Privacidade* (Processos Cognitivos e Processos Afectivos)

- No grupo *sem risco*, 21 casais e 3 participantes desemparelhados (45 participantes) revelaram uma percepção *Positiva*; 3 participantes desemparelhados (1 mulher e 2 homens) revelaram uma percepção *Moderada*.

- No grupo *de risco*, 1 casal e 3 participantes desemparelhados (5 participantes) revelaram uma percepção *Positiva*; 3 casais e 2 participantes desemparelhados (8 participantes) revelaram uma percepção *Moderada*; 1 participante desemparelhado (homem) revelou uma percepção *Negativa*.

Relativamente à *Necessidade de Privacidade* (Processos Afectivos)

- No grupo *sem risco*, 11 casais e 7 participantes desemparelhados (29 participantes: 13 mulheres e 16 homens) referiram que a necessidade de privacidade é igual em *ambos os elementos do casal*; 6 casais e 3 participantes desemparelhados (15 participantes: 8 mulheres e 7 homens) referiram que o *homem* tem maior necessidade de privacidade; 4 participantes desemparelhados (3 mulheres e 1 homem) referiram que a *mulher* tem maior necessidade de privacidade.

- No grupo *de risco*⁶, 1 casal referiu que a necessidade de privacidade é igual em *ambos os elementos do casal*; 3 casais e 1 participante desemparelhado (7 participantes: 3 mulheres e 4 homens) referiram que o *homem* tem maior necessidade de privacidade; 1 casal e 2

⁶ Consideram-se, aqui, 13 participantes, pois não existe informação de um dos elementos.

participantes desemparelhados (4 participantes: 3 mulheres e 1 homem) referiram que a *mulher* tem maior necessidade de privacidade.

Relativamente à *Privacidade Real* (Processos Operativos ∪ Processos Afectivos)

- No *grupo sem risco*, 12 casais e 5 participantes desemparelhados (29 participantes: 16 mulheres e 13 homens) afirmaram que a privacidade é igual em ambos os cônjuges; 7 casais e 4 participantes desemparelhados (18 participantes: 7 mulheres e 11 homens) afirmaram que o homem usufrui de maior privacidade do que a mulher; 1 participante desemparelhado (mulher) referiu que a mulher usufrui de maior privacidade do que o homem.

- No *grupo de risco*, 1 casal e 1 participante referiram que a privacidade é igual em ambos os cônjuges (3 participantes: 2 mulheres e 1 homem); 3 casais e 1 participante desemparelhado referiu que o homem usufrui de maior privacidade do que a mulher (7 participantes: 3 mulheres e 4 homens); 1 casal e 1 participante referiram que a mulher usufrui de maior privacidade do que o homem (3 participantes: 2 mulheres e 1 homem).

Relativamente à *Qualidade da Sexualidade* (Processos Afectivos)

- No *grupo sem risco*, 23 casais e 1 participante desemparelhado (47 participantes) revelaram uma percepção *Positiva*; 1 participante desemparelhado revelou uma percepção *Moderada*.

- No *grupo de risco*, 3 casais e 1 participante desemparelhado (7 participantes) revelaram uma percepção *Positiva*; 1 casal e 1 participante desemparelhado (3 participantes) revelaram uma percepção *Moderada*; 1 casal e 2 participantes desemparelhados (4 participantes) revelaram uma percepção *Negativa*.

Relativamente à *Frequência de Relações Sexuais* (Processos Afectivos)

- No grupo *sem risco*, 15 casais e 4 participantes (34 participantes) desemparelhados revelaram uma percepção *Positiva*, 4 casais e 3 participantes desemparelhados (11 participantes) revelaram uma percepção *Moderada*, 1 casal e 1 participante desemparelhado (3 participantes) revelaram uma percepção *Negativa*.

- No grupo *de risco*, 2 participantes desemparelhados revelaram uma percepção *Positiva*, 1 casal e 3 participantes desemparelhados (5 participantes) revelaram uma percepção *Moderada*, 2 casais e 3 participantes (7 participantes) desemparelhados revelaram uma percepção *Negativa*.

Relativamente à *Evolução da Sexualidade* (Processos Afectivos)

- No grupo *sem risco*⁷, 18 casais e 1 participante desemparelhado (37 participantes) referiram evolução *Positiva*, 2 casais e 2 participantes desemparelhados (6 participantes) referiram que a sexualidade *não sofreu alterações*, 1 casal referiu evolução *Negativa*.

- No grupo *de risco*⁸, 1 casal e 2 participantes (4 participantes) desemparelhados referiram evolução *Positiva*, 4 participantes desemparelhados referiram que a sexualidade *não sofreu alterações*, 3 participantes desemparelhados referiram evolução *Negativa*.

Relativamente à *Iniciativa nas Relações Sexuais* (Processos Afectivos)

- No grupo *sem risco*⁹, 4 casais e 11 participantes (19 participantes: 11 mulheres e 8 homens) referiram que a iniciativa é *igual no casal*, 6 casais e 10 participantes desemparelhados (22 participantes: 10

⁷ Consideram-se, aqui, 45 participantes, pois não existe informação de 3 participantes.

⁸ Consideram-se, aqui, 11 participantes, pois não existe informação de 3 elementos.

⁹ Consideram-se, aqui, 46 participantes, pois não existe informação em dois elementos.

mulheres e 12 homens) referiram que o *homem* toma, mais frequentemente, a iniciativa; 1 casal e 3 participantes (5 participantes) desemparelhados referiram que a *mulher* toma, mais frequentemente, a iniciativa.

- No *grupo de risco*¹⁰, 1 participante desemparelhado (mulher) referiu que a iniciativa é *igual no casal*; 5 casais e 2 participantes desemparelhados (12 participantes) referiram que o *homem* toma, mais frequentemente, a iniciativa.

Relativamente à *Identidade de Casal* (Processos Afectivos)

- No *grupo sem risco*, todos os casais revelaram uma identidade de casal *Elevada*.

- No *grupo de risco*, 2 casais e 1 participante desemparelhado (5 participantes: 25/26, 55/56, e 38) revelaram uma identidade de casal *Forte*; 1 casal e 2 participantes desemparelhados (4 participantes: 53/54, 14, e 37) revelaram uma identidade de casal *Moderada*; 2 casais e 1 participante desemparelhado (5 participantes: 43/44, 57/58, e 13) revelaram uma identidade de casal *Fraca*.

Relativamente à *Similitude* (Processos Afectivos ∩ Processos Cognitivos ∩ Processos Operativos)

- No *grupo sem risco*, 17 casais e 3 participantes desemparelhados (37 participantes) revelaram uma similitude *Elevada*; 4 casais e 3 participantes desemparelhados (11 participantes: 3/4, 15/16, 39/40, 61/62, 7, 9, e 49) revelaram uma similitude *Moderada*.

- No *grupo de risco*, 1 casal (53/54) revelaram uma similitude *Elevada*; 1 casal e 1 participante desemparelhado (3 participantes: 13/14, e 43) revelaram uma similitude *Moderada*; 4 casais e 1 participante (9

¹⁰ Consideram-se, aqui, 13 participantes, pois não existe informação de um dos elementos.

participantes: 25/26, 37/38, 55/56, 57/58, e 44) desemparelhado revelaram uma similitude *Baixa*.

Relativamente ao *Ajustamento* (Processos Afectivos e Processos Operativos)

- No grupo *sem risco*, 22 casais e 2 participantes desemparelhados (46 participantes) revelaram um ajustamento *Fácil*; 2 participantes desemparelhados (11, e 29) revelaram um ajustamento *Moderado*.

- No grupo *de risco*, 2 casais e 2 participantes desemparelhados (6 participantes: 13/14, 55/56, 38, e 54) revelaram um ajustamento *Moderado*; 3 casais e 2 participantes desemparelhados (8 participantes: 25/26, 43/44, 57/58, 37, e 53) revelaram um ajustamento *Difícil*.

Relativamente à *Consideração de Alternativas* (Processos Afectivos)

- No grupo *sem risco*, em 45 participantes que se referiram a esta questão, 19 casais e 5 participantes desemparelhados (43 participantes) *Não Consideram Alternativas* ao parceiro e à relação; 1 participante desemparelhado (4) mostrou-se *Ambíguo* relativamente à consideração de alternativas; 1 participante desemparelhado (59) *Admitiu Considerar Alternativas* ao parceiro e à relação.

- No grupo *de risco*, em 13 participantes que se referiram a esta questão, 2 casais e 4 participantes desemparelhados (8 participantes: 37/38, 55/56, 14, 25, 53, e 58) *Não Consideram Alternativas*; 3 participantes desemparelhados (26, 44, e 57) mostraram-se *Ambíguos* quanto à consideração de alternativas; 1 participante desemparelhado (13) *Admitiu Considerar Alternativas* ao parceiro e à relação.

Relativamente às *Ideias de Ruptura* (Processos Afectivos)

- No grupo *sem risco*¹¹, 14 casais e 3 participantes desemparelhados (31 participantes) referiram *Ausência* de ideias de ruptura; 3 casais e 4 participantes desemparelhados (10 participantes) referiram ideias de ruptura *Não Perturbadoras da Relação*; 3 casais (6 participantes: 1/2, 3/4, 11/12) referiram já terem tido ideias de ruptura *Perturbadoras da Relação*.

- No grupo *de risco*¹², 1 casal e 1 participante desemparelhado (3 participantes: 53/54, e 44) referiram *Ausência* de ideias de ruptura; 2 casais e 2 participantes desemparelhados (6 participantes: 13/14, 57/58, 43, e 55) referiram já terem existido ideias de ruptura *Não Perturbadoras da Relação*; 2 casais (4 participantes: 25/26, 37/38) referiram já terem existido ideias de ruptura *Perturbadoras da Relação*.

Relativamente às *Expectativas de Eficácia* (Processos Cognitivos)

- No grupo *sem risco*, todos os casais revelaram expectativas *Positivas*.

- No grupo *de risco*, 1 casal e 4 participantes desemparelhados (6 participantes: 37/38, 53, 25, 55, e 57) revelaram expectativas *Positivas*; 2 casais e 4 participantes desemparelhados (8 participantes: 13/14, 43/44, 26, 54, 56, e 58) revelaram expectativas *Moderadas*.

Relativamente às *Percepções Globais da Relação* (Processos Cognitivos)

- No grupo *sem risco*, e no que diz respeito à *percepção positiva sobre a relação*, verificou-se: percepção positiva *Máxima* em 4 participantes desemparelhados; percepção positiva *Elevada* em 17 casais e 7 participantes

¹¹ Consideram-se, aqui, 47 participantes, por não existir informação em 1 dos participantes.

¹² Consideram-se, aqui, 13 participantes, por não existir informação em 1 dos participantes.

desemparelhados (41 participantes); percepção positiva *Baixa* em 3 participantes desemparelhados (4, 29, e 39).

- No *grupo de risco*, e no que diz respeito à *percepção positiva sobre a relação*, verificou-se: percepção positiva *Elevada* em 2 participantes desemparelhados (25 e 38); percepção positiva *Baixa* em 3 casais e 2 participantes desemparelhados (8 participantes: 13/14, 53/54, 55/56, 26, 43); percepção positiva *Mínima* em 1 casal e 2 participantes desemparelhados (4 participantes: 57/58, 37 e 44).

- No *grupo sem risco*, e no que diz respeito à *percepção negativa sobre a relação*, verificou-se: percepção negativa *Mínima* em todos os casais.

- No *grupo de risco*, e no que diz respeito à *percepção negativa sobre a relação*, verificou-se: percepção negativa *Baixa* em 1 casal e 4 participantes desemparelhados (6 participantes: 57/58, 13, 37, 44, 56); percepção negativa *Mínima* em 2 casais e 4 participantes desemparelhados (8 participantes: 25/26, 53/54, 14, 38, 43, e 55).

- Tendo-se calculado a diferença entre a percepção positiva sobre a relação e a percepção negativa sobre a relação em cada participante, e a média de tal diferença em cada casal, verificou-se que *todos os casais do grupo sem risco* apresentam uma diferença média igual ou superior a 50 (exceptua-se o caso 39/40 que não chega a atingir o valor 50). Nos casais do *grupo de risco*, a diferença não ultrapassa o valor 35 nos casais 53/54, 25/26, 13/14, 55/56, e 37/38; a diferença é nula no casal 43/44; a diferença é negativa no casal 57/58.

Relativamente às Percepções Globais do Parceiro e da Relação (Processos Cognitivos)

- No grupo sem risco, e relativamente à percepção positiva sobre o parceiro e da relação, verificou-se: percepção positiva *Máxima* em 2 casais e 3 participantes desemparelhados (7 participantes); percepção positiva *Elevada* em 17 casais e 5 participantes desemparelhados (39 participantes); percepção positiva *Baixa* em 2 participantes desemparelhados (4, e 39).

- No grupo de risco, e relativamente à percepção positiva sobre o parceiro e da relação, verificou-se: percepção positiva *Elevada* em 2 casais e 1 participante desemparelhado (5 participantes: 25/26, 53/54, e 38); percepção positiva *Baixa* em 2 casais e 2 participantes desemparelhados (6 participantes: 13/14, 55/56, 37, e 43); percepção positiva *Mínima* em 1 casal e 1 participante desemparelhado (3 participantes: 57/58, e 44).

Relativamente às Percepções Globais da Relação, do Parceiro, e do Si (Processos Cognitivos)

- No grupo sem risco, e relativamente à percepção positiva sobre a relação, sobre o parceiro e sobre o si, verificou-se: percepção positiva *Máxima* em 2 casais e 3 participantes desemparelhados (7 participantes); percepção positiva *Elevada* em 18 casais e 4 participantes desemparelhados (40 participantes); percepção positiva *Baixa* em 1 participante desemparelhado (4).

- No grupo de risco, e relativamente à percepção positiva sobre a relação, sobre o parceiro e sobre o si, verificou-se: percepção positiva *Elevada* em 2 casais e 2 participantes desemparelhados (6 participantes: 25/26, 53/54, 14, e 38); percepção positiva *Baixa* em 2 casais e 3 participantes desemparelhados (7 participantes: 43/44, 55/56, 13, 37, e 57); percepção positiva *Mínima* em 1 participante desemparelhado (58).

• No *grupo sem risco*, e relativamente à *percepção negativa sobre a relação*, do parceiro e do si, verificou-se: percepção negativa *Mínima* em todos os casais.

• No *grupo de risco*, e relativamente à *percepção negativa sobre a relação*, do parceiro e do si, verificou-se: percepção negativa *Baixa* em 3 casais e 3 participantes desemparelhados (9 participantes: 13/14, 25/26, 57/58, 37, 44, e 56); percepção negativa *Mínima* em 1 casal e 3 participantes desemparelhados (5 participantes: 53/54, 38, 43, e 55).

• Tendo-se calculado a diferença entre a percepção positiva sobre a relação, sobre o parceiro e sobre o si e a percepção negativa sobre a relação, do parceiro e do si, em cada participante, e a média de tal diferença em cada casal, verificou-se que *todos os casais do grupo sem risco* apresentam uma diferença média igual ou superior a 45. Nos casais do *grupo de risco*, a diferença não ultrapassa o valor 35 nos casais 53/54, 25/26, 37/38, 55/56, e 13/14 ; a diferença é quase nula no casal 43/44; a diferença é negativa no casal 57/58.

Relativamente à *Percepção Global do Parceiro* (Processos Cognitivos)

• Tendo-se calculado a diferença entre a percepção positiva sobre o parceiro e a percepção negativa sobre o parceiro em cada participante, e a média de tal diferença em cada casal, verificou-se que *todos os casais do grupo sem risco* apresentam uma diferença média igual ou superior a 5. Nos casais do *grupo de risco*, a diferença não alcança o valor 5 nos casais 53/54; a diferença é nula ou quase nula nos casais 25/26, 55/56, 37/38; a diferença é negativa nos casais 43/44, 13/14, e 57/58.

Relativamente à *Qualidade da Comunicação*

• No *grupo sem risco*, todos os casais revelaram uma qualidade da comunicação Positiva.

• No grupo de risco, 1 casal e 1 participante desemparelhado (3 participantes: 53/54, e 14) revelaram uma qualidade da comunicação *Positiva*; 3 casais e 1 participante (7 participantes: 25/26, 43/44, e 55/56) desemparelhado revelaram uma qualidade da comunicação *Moderada*; 1 casal e 2 participantes desemparelhados (4 participantes: 57/58, 13, e 37) revelaram uma qualidade da comunicação *Negativa*.

Relativamente à Equidade

• No grupo sem risco, 22 casais e 2 participantes desemparelhados (46 participantes) revelaram equidade *Elevada*; 2 participantes desemparelhados (45 e 47) revelaram equidade *Moderada*.

• No grupo de risco, 2 casais e 2 participantes desemparelhados (6 participantes: 43/44, 53/54, 25, e 38) revelaram equidade *Elevada*; 3 casais e 2 participantes desemparelhados (8 participantes: 13/14, 55/56, 57/58, 26, e 37) revelaram equidade *Moderada*.

Relativamente à Auto-Revelação/Partilha

• No grupo sem risco, todos os casais revelaram auto-revelação/partilha *Positiva*.

• No grupo de risco, 2 participantes desemparelhados revelaram auto-revelação/partilha *Positiva*; 2 casais e 3 participantes desemparelhados (7 participantes: 25/26, 55/56, 14, 43, e 54) revelaram auto-revelação/partilha *Moderada*; 1 casal e 3 participantes (5 participantes: 57/58, 13, 37, 44) desemparelhados revelaram auto-revelação/partilha *Negativa*.

Relativamente ao Apoio Emocional

• No grupo sem risco, todos os casais revelaram apoio emocional *Positivo*.

• No grupo de risco, 1 participante desemparelhado (55) revelou apoio emocional *Positivo*; 3 casais e 3 participantes desemparelhados (9 participantes: 25/26, 43/44, 53/54, 14, 38, e 56) revelaram apoio emocional *Moderado*; 1 casal e 2 participantes desemparelhados (4 participantes: 57/58, 13, e 37) revelaram apoio emocional *Negativo*.

Relativamente à Confiança

• No grupo sem risco, 23 casais e 1 participante desemparelhado revelaram confiança *Positiva*; 1 participante desemparelhado (4) revelou confiança *Moderada*.

• No grupo de risco, 2 participantes desemparelhados (38, e 53) revelaram confiança *Positiva*; 2 casais e 3 participantes desemparelhados (7 participantes: 25/26, 55/56, 37, 43, e 54) revelaram confiança *Moderada*; 2 casais e 1 participante desemparelhado (5 participantes: 57/58, 13/14, e 44) revelaram confiança *Negativa*.

Relativamente à Mutualidade

• No grupo sem risco, todos os casais revelaram *Mutualidade Positiva*.

• No grupo de risco, 1 participante desemparelhado (38) revelou mutualidade *Positiva*; 3 casais e 2 participantes desemparelhados (8 participantes: 25/26, 53/54, 55/56, 14, e 43) revelaram mutualidade *Moderada*; 1 casal e 3 participantes desemparelhados (5 participantes: 57/58, 13, 37, e 44) revelaram mutualidade *Negativa*.

Relativamente à Interdependência

• No grupo sem risco, 22 casais e 2 participantes desemparelhados revelaram interdependência *Positiva*; 2 participantes desemparelhados (4, 39) revelaram interdependência *Moderada*.

- No grupo de risco, 1 participante desemparelhado (38) revelou interdependência *Positiva*, 3 casais e 2 participantes desemparelhados (8 participantes: 25/26, 53/54, 55/56, 14, e 43) revelaram interdependência *Moderada*, 1 casal e 3 participantes desemparelhados (5 participantes: 57/58, 13, 37, e 44) revelaram interdependência *Negativa*.

Relativamente à Intimidade

- No grupo sem risco, 22 casais e 2 participantes desemparelhados revelaram *Intimidade Positiva*, 2 participantes desemparelhados (4 e 39) revelaram *Intimidade Moderadamente Positiva*.

- No grupo de risco, 2 participantes desemparelhados (38 e 53) revelaram *Intimidade Moderadamente Positiva*, 2 casais e 3 participantes desemparelhados (7 participantes) revelaram *Intimidade Moderada*, 1 casal e 3 participantes desemparelhados (5 participantes: 57/58, 13, 37, e 44) revelaram *Intimidade Negativa*.

Relativamente ao Compromisso Pessoal

- No grupo sem risco, 22 casais e 2 participantes desemparelhados revelaram *Compromisso Pessoal Forte*, 2 participantes desemparelhados (4 e 59) revelaram *Compromisso Pessoal Moderadamente Forte*.

- No grupo de risco, 2 participantes desemparelhados (38 e 53) revelaram *Compromisso Pessoal Forte*, 1 casal e 2 participantes desemparelhados (4 participantes: 55/56, 25, e 54) revelaram *Compromisso Pessoal Moderadamente Forte*, 1 casal e 4 participantes desemparelhados (6 participantes: 43/44, 14, 26, 37, e 58) revelaram *Compromisso Pessoal Moderado*, 2 participantes desemparelhados (13, e 57) revelaram *Compromisso Pessoal Fraco*.

CAPÍTULO 9

DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

9.1. Conjugalidades Satisfeitas mas Não Perfeitas: das Insatisfações na Satisfação aos Limites da Imperfeição

9.1.1. Uma Perspectiva Dialéctica da Satisfação

A metodologia que utilizámos permitiu-nos captar a dimensão dialéctica da satisfação e, como se pode constatar através da descrição dos resultados, reforçar, na nossa amostra, a tese de que existem “conjugalidades satisfeitas mas não perfeitas”. Assim, e apesar de todos os participantes se considerarem, *a priori*, satisfeitos¹, foi possível detectar “zonas de força” e “zonas de fragilidade” relativamente à satisfação em todos os casais.

Pudemos constatar, ao longo da revisão bibliográfica realizada, que são vários os autores que defendem uma concepção dialéctica de satisfação, uma concepção que pressupõe uma vivência não linear da satisfação, onde satisfações e insatisfações coexistem. Esta coexistência é fruto de tensões e forças contraditórias inerentes às relações, as quais marcam momentos de afectividade positiva e momentos de afectividade negativa, diferentes estados de humor, prazeres e dores. Todos os casais, mesmo os que se

¹ O que foi confirmado, imediatamente, pelos resultados obtidos na *Escala de Índice Único de Avaliação da Satisfação Global*, e pelos resultados globais obtidos na *EASAVIC*.

consideram mais felizes, têm problemas – e, de acordo com Gottman e Silver (2000), problemas não resolvidos – conflitos, sentimentos e pensamentos negativos, interesses, opiniões, e valores divergentes.

Esta concepção, pensamos nós, tem implicações fundamentais quer ao nível da prevenção, quer ao nível da intervenção terapêutica e, também, no âmbito da investigação.

Assim, e tal como referem Erbert e Duck (1997), tornam-se prementes estudos que analisem esta dimensão processual dialéctica da satisfação, marcada por movimentos entre satisfações e insatisfações. A crença num ideal relacional subjacente a uma concepção dualista de satisfação pode levar à tendência dos cônjuges para evitar ou eliminar situações de maior negatividade. Estas situações, por se inserirem num jogo entre forças que criam um sentido de coesão e forças que separam, são fundamentais para o crescimento individual e relacional. Como refere Costa (1998, p.34/35), numa afirmação que já anteriormente citámos, *“Pensar diferente e sentir diferente é inerente às relações humanas e potencialmente fonte do seu enriquecimento”*.

A mesma crença utópica pode ainda criar dissonância nos indivíduos/casal, uma vez que se deparam com a impossibilidade de atingir um estado permanente de satisfação e, simultaneamente, com a impossibilidade de excluir ou negar situações de maior negatividade.

Assim, tal dissonância, e a tendência para evitar situações de negatividade relacional podem constituir factores de risco na conjugabilidade, os quais poderão ser minimizados se se tomar a satisfação numa perspectiva processual, não linear e dialéctica, mais compatível com a ideia de Whitaker (1990, p.121, 138) de que *“(...) um dos pontos altos de uma família saudável é*

a capacidade de usar as crises para provocar o crescimento” e de que “O conflito deveria ser correctamente considerado como fertilizador da vida”.

Por outro lado, o conhecimento dos “focos” de insatisfação permite uma acção preventiva, ou até terapêutica, uma vez que possibilita uma acção interventiva direccionada para “zonas de fragilidade”, e a utilização das “zonas de força” do casal. Tal intervenção pode verificar-se necessária, quando se atinge um limite na maior proporção de comportamentos negativos sobre os positivos, mudando a percepção que o casal tem da relação de positiva para negativa, e desencadeando-se, assim, de acordo com Gottman (1993; 1994) a “cascata para a ruptura” conjugal.

Relembramos a tese de Fincham, Beach e Kemp-Fincham (1997), de acordo com a qual a mudança na qualidade conjugal seria um processo gradual por diferentes etapas. No seu Modelo de Qualidade Conjugal, os autores defendem formas de avaliação que incluam a qualidade conjugal positiva e a qualidade conjugal negativa. Através do cruzamento de tais dimensões, torna-se possível distinguir quatro tipos de casais: satisfeitos (elevada qualidade conjugal positiva e baixa qualidade conjugal negativa); insatisfeitos (baixa qualidade conjugal positiva e elevada qualidade conjugal negativa; ambivalentes (elevada qualidade conjugal positiva e elevada qualidade conjugal negativa); e indiferenciados (baixa qualidade conjugal positiva e baixa qualidade conjugal negativa).

O nosso sistema de análise das percepções globais tem subjacente este princípio dialéctico e não dualista, uma vez que procurámos investigar de um modo independente as suas dimensões positiva e negativa, através da

quantificação percentual das percepções positivas e das percepções negativas manifestadas, ao longo da entrevista, por cada participante².

Tal sistema de análise permite-nos aceder à complexidade da “avaliação pessoal e subjectiva” de cada cônjuge relativamente à conjugabilidade - à relação, ao parceiro, e ao si.

Torna-se, então, possível distinguir relativamente às percepções sobre a relação, casais sintónicos e casais mistos, e diferenciar, a um nível global, quatro padrões de percepção - percepção positiva elevada e percepção negativa baixa; percepção positiva baixa e percepção negativa elevada; percepção positiva elevada e percepção negativa elevada; e percepção positiva baixa e percepção negativa baixa -, correspondendo, hipoteticamente, a diferentes níveis de satisfação global.

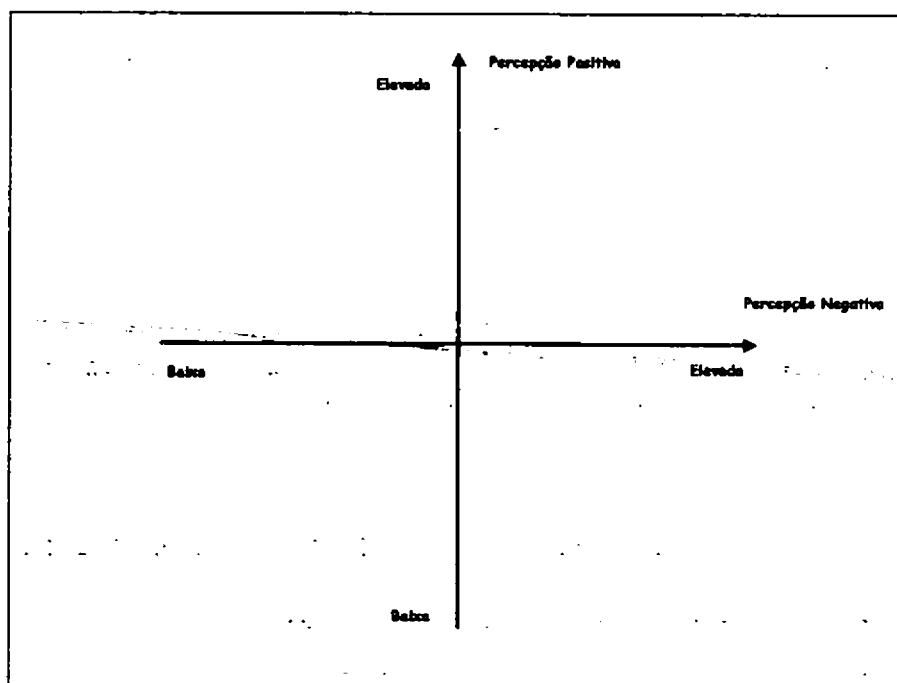


Figura 10
Quatro padrões de percepção

² Esta quantificação percentual foi obtida, como já referimos, através do programa informático de análise qualitativa de dados *NudIst*.

Contudo, e se pretendermos uma análise mais fina e discriminante, poderemos subdividir as Percepções Positivas e as Percepções Negativas em Máxima, Elevada, Baixa, e Mínima, obtendo, assim, pelo seu cruzamento, 16 possíveis padrões de Percepção.

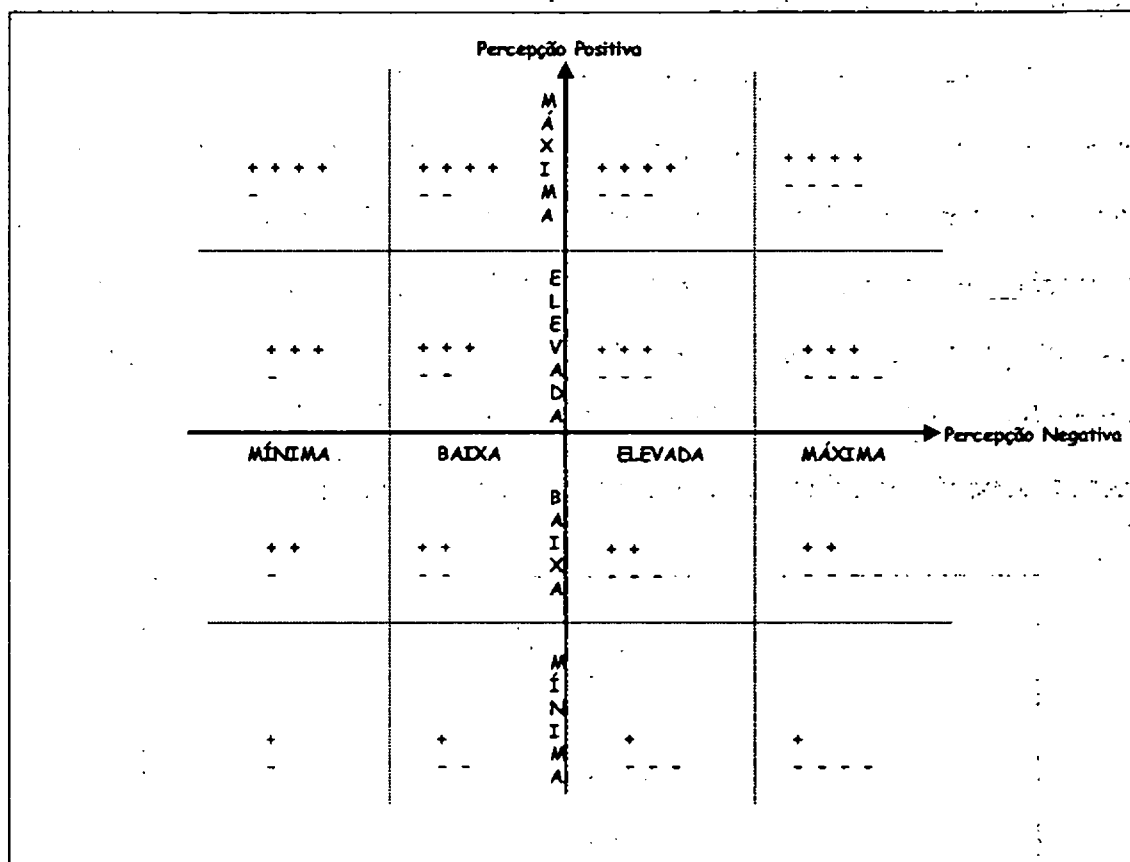


Figura 11
Diferenciação de dezasseis padrões de Percepção organizados em três categorias de padrões de Percepção

Neste sistema de análise é, pois, possível, diferenciar três categorias de padrões de Percepção sobre a Relação:

- maior proporção de percepções positivas;
- proporção semelhante de percepções positivas e negativas;
- maior proporção de percepções negativas.

Consideremos o impacto das percepções positivas na satisfação - e relembremos a tese de Fowers, Lyons e Montel (1996) sobre a existência de

um padrão de auto-perpetuação ou de manutenção da satisfação conjugal onde as percepções positivas têm um papel central -, e o impacto das percepções negativas na insatisfação - e, relembramos a tese de Gottman sobre o ciclo de auto-perpetuação da insatisfação, de acordo com a qual, à medida que a percepção do casamento se vai tornando mais negativa, diminui a probabilidade do casal optar por comportamentos positivos que quebrem este ciclo e que “reparem” a situação conjugal, iniciando-se a “cascata para a ruptura”.

Assim, e em conformidade com as teorias referidas, poderemos hipotetizar que:

1. *Quanto maior a proporção de percepções positivas, maior a satisfação conjugal.*

2. *Quanto maior a proporção de percepções negativas, menor a satisfação conjugal.*

3. *Uma proporção semelhante de percepções positivas e negativas indicia a aproximação a um limiar de satisfação - os “limites da imperfeição” -, tanto mais próximo, quanto mais diminuïrem as percepções positivas e negativas.*

4. *Uma maior proporção de percepções negativas indicia uma situação de “cascata para a ruptura” que se vai acentuando à medida que desce a positividade (diminuição de percepções positivas) e aumenta a negatividade (aumento de percepções negativas).*

5. *Os casais sintónicos num padrão de maior proporção de percepções negativas chegarão mais rapidamente a uma situação de ruptura do que os casais mistos.*

9.1.1.1. Padrões de Percepção – diferenças entre os casais.

Vejamos, então, como se situam os casais da nossa amostra relativamente aos padrões de percepção.

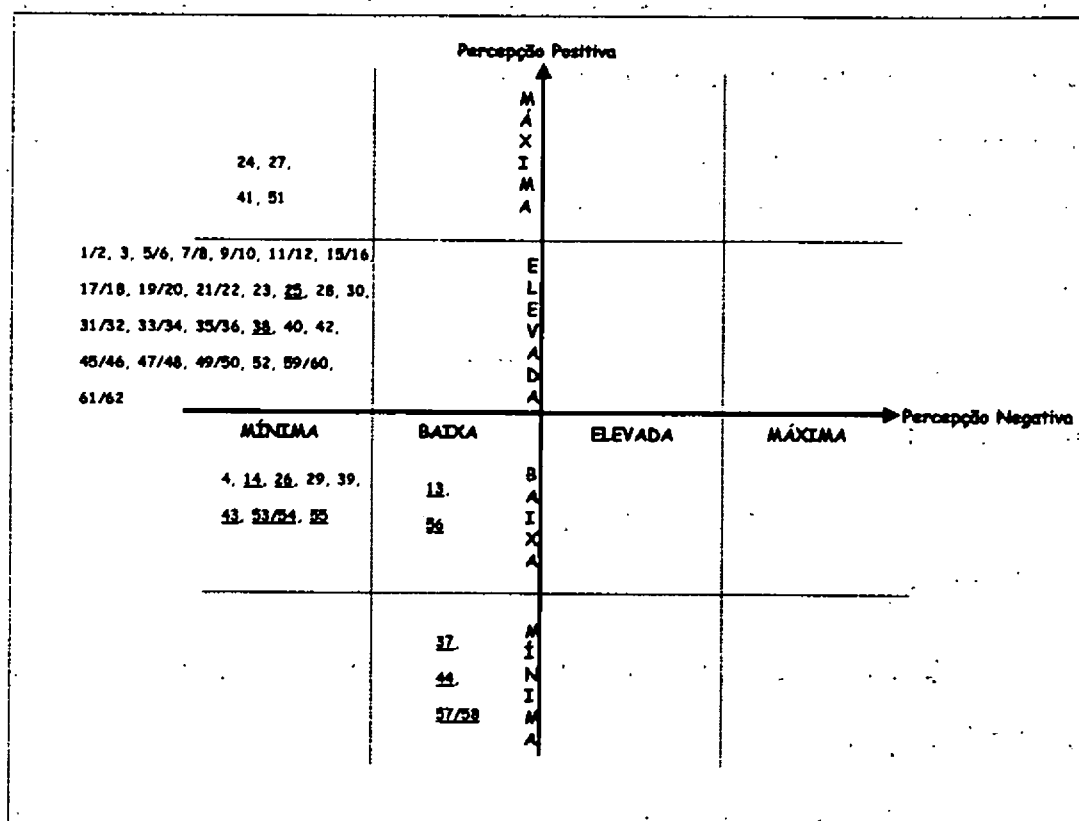


Figura 12

Categorização dos casais da amostra relativamente aos dezasseis padrões de Percepção

Como se pode constatar, a maioria dos casais da nossa amostra revela um padrão de maior proporção de percepções positivas da relação, sendo que 21 casais apresentam percepção positiva elevada ou máxima e percepção negativa mínima; 3 casais são mistos, com um dos cônjuges revelando percepção positiva elevada e percepção negativa mínima (3, 28, e 30), e o outro cônjuge apresentando percepção positiva baixa e percepção negativa mínima (4, 29, 39).

Saliente-se que, em todos estes casais, inclusive nos mistos, as percepções negativas sobre o cônjuge não ultrapassam os 6%³. Tal valor reduzido sugere que, nestes casos, em situações positivas, é activado um processo cognitivo de organização compartimentalizada positiva (Showers & Kevlyn, 1999), desencadeando-se atitudes e sentimentos positivos face ao parceiro, e, em situações onde se destacam características ou comportamentos negativos do parceiro, é activado um processo cognitivo de organização integrada (Showers & Kevlyn, 1999), tornando acessíveis também as características positivas daquele, minimizando o impacto das negativas, o que favorece atitudes e sentimentos mais positivos. Este tipo de organização integrada pode ser ilustrado por afirmações dos participantes, tais como: *“Não, não faço nenhuma tentativa para ele mudar, eu acho que... pronto... ele é mesmo assim, pronto, qualquer coisa está bem, mas eu acho que lhe sabe bem o conforto, está bem instalado, sabe-lhe bem ter a roupa nas gavetas... que não nasce lá... Se ele voltar a ter tempo, talvez, depois dos filhos saírem de casa, temos os dois mais tempo...”*, *“sobretudo a parte profissional dele em termos de ter que se ceder um pouco, em termos de tempos, de jantares interrompidos com telefonemas de ser uma pessoa muito solicitada de não ser capaz de dizer que não a nada, que eu estou sempre a dizer por exemplo, que eu acho que as refeições são sagradas, ele é incapaz de dizer que não atende um telefonema e eu acho que não”*, *“mas o que eu caracterizo mais nela, e que não é fácil, é que ela é perfeitamente bipolar, e isso dá um certo fascínio, não é?, porque pode num momento precisar muito de apoio, e no momento seguinte estar a ajudar, ou a puxar as orelhas, ou a jogar ao ataque”*.

³ Saliente-se que, na totalidade da amostra, a frequência de percepções positivas sobre o parceiro é significativamente superior nas mulheres ($p < 0.01$), o que, de certa forma, é consonante com os resultados encontrados por Acitelli (1999), de acordo com os quais, as mulheres pensam positivamente sobre a relação mais frequentemente do que os homens.

Nestes casos, são também notórios os processos de superioridade ilusória - “quando penso no futuro não me imagino separado, não me imagino separado” -, e as distorções idealistas - “Do que é que eu gosto mais no M, gosto de tudo, por isso tenho muita dificuldade em dizer o que é que não gosto, sobretudo quando comparo com os maridos das minhas amigas ou das minhas colegas. Acho que ele é melhor. Em tudo.” -, o que, de acordo com vários autores (Buunk & van Eijnden, 1997; Fowers, 1998; Fowers *et al*, 1994; Fowers, Lyons & Montel, 1996; Heaton & Albrecht, 1991; Simpson, Gangestad & Lerma, 1990), está bastante associado à satisfação conjugal, sendo mesmo considerado central na sua manutenção.

Dos restantes 7 casais, apenas um revela maior proporção de percepções negativas (percepção positiva mínima e percepção negativa baixa). Neste padrão de maior proporção de negatividade, encontra-se, ainda, o participante 37 e o participante 44. O cônjuge do participante 37 - participante 38 - revela um padrão com maior proporção de percepções positivas (percepção positiva elevada e percepção negativa mínima). O cônjuge do participante 44 - participante 43 - revela um padrão também de maior proporção de percepções positivas, embora de positividade menos elevada (percepção positiva baixa e percepção negativa mínima).

Num padrão de igual proporção de percepções positivas e negativas (percepção positiva baixa e percepção negativa baixa) encontram-se os participantes 13 e 56. Os cônjuges destes participantes - participantes 14 e 55 - revelam um padrão de maior proporção de percepções positivas, embora de positividade baixa (percepção positiva baixa e percepção negativa mínima). Neste padrão, encontram-se, ainda, o casal 53/54 e o participante 26, cujo cônjuge - participante 25 - se encontra num padrão de

maior proporção de percepções positivas, embora mais elevadas (percepção positiva elevada e percepção negativa mínima).

Note-se que, em todos estes casais, excepto no casal 53/54, pelo menos um dos cônjuges - 4 homens e 1 mulher -, e 1 casal (57/58) revelam uma percepção negativa sobre o parceiro bastante mais elevada do que todos os outros casais, percepção negativa essa que é superior à percepção positiva:

Casal 13/14

	<i>Percepção positiva sobre o parceiro (%)</i>	<i>Percepção negativa sobre o parceiro (%)</i>
13 (M)	3,8	6,3
14 (H)	2,5	18

Casal 25/26

	<i>Percepção positiva sobre o parceiro (%)</i>	<i>Percepção negativa sobre o parceiro (%)</i>
25 (M)	18	7,9
26 (H)	13	21

Casal 37/38

	<i>Percepção positiva sobre o parceiro (%)</i>	<i>Percepção negativa sobre o parceiro (%)</i>
37 (M)	10	22
38 (H)	11	0

Casal 43/44

	<i>Percepção positiva sobre o parceiro (%)</i>	<i>Percepção negativa sobre o parceiro (%)</i>
43 (M)	14	5.5
44 (H)	2,9	28

Casal 55/56

	<i>Percepção positiva sobre o parceiro (%)</i>	<i>Percepção negativa sobre o parceiro (%)</i>
55 (M)	4.6	2.8
56 (H)	7,8	11

Casal 57/58

	<i>Percepção positiva sobre o parceiro (%)</i>	<i>Percepção negativa sobre o parceiro (%)</i>
57 (M)	1,9	31
58 (H)	8,4	15

Tal negatividade na percepção sobre o parceiro sugere que, em situações negativas, pode estar a ser activado um processo cognitivo de organização compartimentalizada, favorecendo a generalização dos comportamentos negativos, e aumentando a tendência para explicar o comportamento negativo do parceiro em termos de causas internas, estáveis e globais, tal como sugerem as seguintes afirmações dos participantes: *“naturalmente que esse seja o ponto de discórdia que nós temos aqui porque a minha mulher, como eu costumo dizer, já que estamos a falar tem que ser, foi criada pobre e com hábitos de ricos, o que é um desastre, é um desastre porque não faz contas ao dinheiro eu digo-lhe, se*

eu morrer e pode acontecer a todo o momento, como pode acontecer a qualquer pessoa tu vais passar fome, porque não vais ter sequer dinheiro para gerir a casa e é aí que é o nosso ponto de discórdia que leva às vezes a discussões, porque realmente gasta, gasta, gasta sem fazer contas de como é que há-de ser e depois é um desastre porque quando ficar só o teu, vai ser uma tragédia.”, “que ele tem um niquinho de psicopata, porque..., é de estrutura psicopata, há 5 estruturas, padrões (...), e ele tem esse, o que tem de comportamento emocional é de amante traído, é esse o comportamento que ele tem... eu já o traí antes de estar com ele”, “Sim, sim, é a tal coisa ela é muito racional, é muito fria”.

Relembramos que, de acordo com Harvey (1987) e Gottman (1998), os homens tendem a envolver-se numa espécie de “complacência emocional” perante acontecimentos positivos, enquanto as mulheres se envolvem mais em actividade atribucional independentemente do nível da satisfação conjugal. Por este motivo, os homens são considerados “barómetros atribucionais” da satisfação conjugal. Assim, e uma vez que as percepções negativas dos homens sobre o parceiro são, em 4 destes casais, marcadamente superiores às das mulheres, podemos aventar a hipótese que tais percepções negativas estão associadas a um processo atribucional negativo por parte dos homens, sendo, nesse caso, sinal da sua menor satisfação conjugal.

A superioridade ilusória e as distorções idealistas são mínimas ou nulas, nestes casais, particularmente, nos participantes cujas percepções da relação e do parceiro são predominantemente negativas.

9.1.1.2. Padrões de Percepção – Análise de Correlações

Realizámos um estudo correlacional com o objectivo de analisar as relações entre as diversas variáveis relativas às Percepções Globais – Percepção Positiva sobre a Relação; Percepção Negativa sobre a Relação; Percepção Positiva sobre o Parceiro; Percepção Negativa sobre o Parceiro; Percepção Positiva sobre o Si; Percepção Negativa sobre o Si; Percepção Positiva sobre o Parceiro e Relação; Percepção Negativa sobre o Parceiro e Relação; Percepção Positiva sobre a Relação, Parceiro e Si; Percepção Negativa sobre a Relação, Parceiro e Si; diferença entre a Percepção Positiva e a Percepção Negativa sobre a Relação; diferença entre a Percepção Positiva e a Percepção Negativa sobre o Parceiro; diferença entre a Percepção Positiva e a Negativa sobre o Si; diferença entre a Percepção Positiva e a Percepção Negativa sobre o Parceiro e Relação; diferença entre a Percepção Positiva e a Percepção Negativa sobre a Relação, Parceiro e Si.

Verifica-se que as correlações entre estas variáveis são, de um modo geral, muito elevadas, excepto no que se refere à Percepção Positiva do Parceiro, Percepção Positiva do Próprio, Percepção Negativa do Próprio, diferença entre a Percepção Positiva do Próprio e Percepção Negativa do Próprio. As correlações com estas variáveis são, regra geral, fracas ou mesmo inexistentes.

A análise das correlações significativas ($p < .01$) entre os resultados das mulheres e os resultados dos homens, considerando como unidade o casal, permitiu verificar que:

➤ Existe, de um modo geral, uma forte associação entre as percepções positivas globais da mulher e do homem sobre a relação, sobre o parceiro e relação, e sobre a relação, parceiro e si, bem como uma forte

associação entre estas percepções positivas e as diferenças entre as percepções positivas e negativas sobre a relação, sobre o parceiro, sobre o parceiro e relação, e sobre a relação, parceiro e si;

➤ Existe, de um modo geral, uma forte relação entre as percepções negativas globais da mulher e do homem sobre a relação, sobre o parceiro, sobre o parceiro e relação, e sobre a relação, parceiro e si, bem como uma relação inversa entre estas percepções negativas e as diferenças entre as percepções positivas e negativas sobre a relação, sobre o parceiro, sobre o parceiro e relação, e sobre a relação, parceiro e si;

➤ Existe, de um modo geral, uma correlação negativa entre as percepções positivas globais sobre a relação, sobre o parceiro e relação, sobre a relação, parceiro e si e as percepções negativas globais sobre a relação, sobre o parceiro, sobre o parceiro e relação, e sobre a relação, parceiro e si;

➤ Existe, de um modo geral, uma relação inversa recíproca entre as percepções negativas globais sobre a relação, sobre o parceiro, sobre o parceiro e relação, sobre a relação, parceiro e si, e as percepções positivas sobre a relação, sobre o parceiro e relação, e sobre a relação, parceiro e si;

➤ A percepção positiva da *mulher* sobre o parceiro encontra-se pouco correlacionada com todas as percepções globais do homem, revelando apenas correlações fracas com percepção positiva sobre a relação, percepção positiva sobre a relação, parceiro e si, e diferença entre percepção positiva e percepção negativa sobre a relação;

➤ A percepção positiva do *homem* sobre o parceiro não se correlaciona com nenhuma das percepções globais da mulher;

- A percepção positiva da *mulher* sobre o si apresenta correlações fracas com as percepções globais do homem, excepto com percepção positiva sobre o parceiro, percepção positiva sobre o si, percepção negativa sobre o si (correlação negativa), e diferença entre percepção positiva e negativa sobre o si, em que não se verifica qualquer associação;
- As percepções positivas do *homem* sobre o si apresentam apenas uma correlação, e fraca, com percepção negativa da mulher sobre o si (correlação negativa);
- As percepções negativas da *mulher* sobre o si apresentam apenas correlações, e fracas, com as seguintes percepções do homem: negativa sobre o parceiro, positiva sobre o si (correlação negativa), negativa sobre o si, negativa sobre o parceiro e relação, e negativa sobre a relação, parceiro e si;
- No *homem*, as percepções negativas sobre o si apresentam correlações fracas e moderadas com as seguintes percepções da mulher: positiva sobre a relação (correlação negativa), negativa sobre a relação, negativa sobre o parceiro, negativa sobre o si, negativa sobre o parceiro e relação, negativa sobre a relação, parceiro, e si, e com todas as diferenças entre percepção positiva e negativa (correlações negativas), excepto na diferença entre percepção positiva e negativa sobre o si;
- Na *mulher*, a diferença entre percepção positiva e negativa sobre o si não tem qualquer correlação com as percepções globais do homem;
- No *homem*, a diferença entre percepção positiva e negativa sobre o si apresenta correlações moderadas com as seguintes percepções globais da mulher: negativa sobre o parceiro (correlação negativa), e diferença entre percepção positiva e negativa sobre o parceiro.

Podemos, pois, perceber que as percepções positivas sobre o parceiro, e as percepções positivas e negativas sobre o si se encontram menos correlacionadas com as percepções globais do parceiro que as demais percepções. É, no entanto, de salientar que a maior positividade das percepções da mulher sobre o parceiro e a maior positividade das percepções do homem sobre a relação parecem estar associadas.

Note-se, ainda, que a maior positividade das percepções da mulher sobre si mesma parece estar associada a maior positividade do homem sobre a relação, menor negatividade sobre a relação, e menor negatividade sobre o parceiro. Contudo, a maior positividade das percepções do homem sobre si mesmo parece estar apenas associada a menor negatividade da mulher sobre si mesma.

Constata-se, também, que a maior negatividade das percepções da mulher sobre si mesma está associada a maior negatividade do homem sobre o parceiro, e a menor positividade e maior negatividade sobre si mesmo. Já a maior negatividade das percepções do homem sobre si mesmo parece estar associada à menor positividade e maior negatividade da mulher sobre a relação, à maior negatividade sobre o parceiro, e à maior negatividade sobre si mesma.

O facto de, ao contrário do que se verifica em relação às percepções positivas sobre o parceiro, a maior negatividade das percepções de um dos cônjuges sobre o parceiro estar fortemente associada à maior negatividade e menor positividade do outro cônjuge sobre a relação, e sobre o parceiro, é consonante com a importância que Gottman (Gottman & Silver, 2000) confere à percepção negativa no processo de “cascata para a ruptura”. Relembramos, ainda, que a satisfação com a relação parece ser

mais influenciada pela percepção que se tem do parceiro do que pelo comportamento real deste (Meeks, Hendrick & Hendrick, 1998).

Também a associação entre a maior negatividade das percepções de um dos cônjuges sobre a relação e a maior negatividade e menor positividade do outro sobre a relação e sobre o parceiro vão neste mesmo sentido teórico. As percepções negativas, de acordo com Gottman (Gottman & Silver, 2000), excedem as positivas, quando se atinge um limite na maior proporção de comportamentos negativos sobre os positivos, e desencadeiam atribuições negativas, distanciamento, e comportamentos negativos consequentes, gerando-se um ciclo de autoperpetuação de negatividade, e, consequentemente, de insatisfação.

A forte associação entre a maior positividade das percepções de um dos cônjuges sobre a relação e sobre o parceiro e a maior positividade e menor negatividade do outro cônjuge recorda-nos a metáfora da conta bancária utilizada por Gottman (Gottman & Silver, 2000) ao defender que a partilha de positividade em casais felizes é semelhante aos depósitos que se fazem numa conta bancária, sendo que, neste caso, o crédito protege os casais do aumento de negatividade. Quanto maior o “crédito”, maior a tendência para se minimizar o impacto de comportamentos ou características negativas do parceiro, não “vendo” ou desvalorizando os aspectos negativos, focando a atenção nas qualidades e comportamentos positivos, associando as “falhas” dos parceiros a qualidades positivas, ou transformando-as mesmo em características positivas (*“embora seja muito distraído em certas coisas, eu isso acho muito engraçado, muito despassarado. Acho... antigamente, achava graça, depois houve uma altura em que me irritava, porque às vezes não dava jeito, não é?, mas acho muito engraçado, acho que é uma coisa que cativa, o despassaramento”*), e

desenvolvendo atribuições positivas face a comportamentos ou características negativas (Murray & Holmes, 1994; Showers & Kevlyn, 1999). Este crédito de positividade não só torna a relação menos permeável à negatividade como é, ela própria, geradora de positividade, uma vez que catalisa as distorções idealistas ou percepções positivas irrealistas, as quais levam ao aumento de acções positivas, desencadeando repostas positivas no parceiro, o que, por sua vez, reforça a positividade das percepções (Fowers, Lyons & Montel).

Assim, e em resumo, dos resultados da análise correlacional que realizámos, ressalta, sobretudo, a importância das percepções positivas e negativas sobre a relação, e a importância das percepções negativas sobre o parceiro. Pensamos que seria pertinente a realização de um estudo que analisasse as relações causais entre as percepções positivas e negativas do homem e as da mulher não só sobre a relação, e sobre o parceiro, mas também sobre o si, uma vez que um maior conhecimento a este nível poderia ter implicações benéficas na área da intervenção clínica.

9.1.2. A Qualidade Conjugal na Satisfação Conjugal

O Padrão que Liga

Como se pode constatar pelos resultados encontrados em cada uma das categorias analisadas - veja-se a Análise dos Dados⁵ e a descrição sumária dos resultados - os casais do que considerámos *grupo sem risco* apresentam um padrão ao nível da qualidade conjugal que, de modo nenhum, se verifica nos casais que designámos por *grupo de risco*.

Os 7 casais que constituem o *grupo de risco* revelam índices evidentes de menor qualidade conjugal e menor satisfação⁶, e, conseqüentemente, um maior número de “zonas fragilizadas” do que os casais que constituem o que denominámos *grupo sem risco*, onde se salientam os índices de qualidade positiva e de satisfação conjugal.

Uma vez que tais casais se distinguem claramente da maioria dos casais da nossa amostra - considerada *a priori*, uma amostra de casais satisfeitos com a sua conjugabilidade -, apresentamos, em seguida, uma caracterização mais pormenorizada, tomando como referência a posição de cada casal relativamente ao padrão de percepção. Tal caracterização permite-nos o estudo das diferenças e semelhanças intra-grupo, e facilita, pela sua síntese, a compreensão das diferenças relativamente ao *grupo sem risco*.

⁴ Bateson, 1987.

⁵ Veja-se o Apêndice 1.

⁶ Inferida pela associação, na sua maioria, como vimos, a um padrão de maior proporção de percepções negativas sobre as positivas em pelo menos um dos cônjuges, e também pelo facto deste grupo revelar médias significativamente inferiores às do *grupo de risco* em resultados da EASAVIC. Note-se, também que, o *grupo de risco* apresenta, em média, percepções positivas significativamente inferiores, e percepções negativas significativamente superiores ao *grupo sem risco*.

Casal 57/58

O casal 57/58, que revela o padrão mais negativo de percepções sobre a relação, sendo sintónicos, quer nas percepções negativas da relação (superiores às negativas), quer nas percepções negativas do parceiro (superiores às positivas) divorciou-se cerca de um ano após a realização da entrevista.

A análise deste caso, como se pode constatar⁷, revela uma qualidade conjugal negativa generalizada, bem como percepções específicas predominantemente negativas ou moderadas (variáveis ou mistas). Tal qualidade negativa, assim como a negatividade das percepções é observável em ambos os cônjuges. Apesar da sintonia quanto à negatividade, a similitude percebida e a similitude observada entre o casal é muito fraca, o que é manifesto a vários níveis. Esta fraca similitude indicia, neste casal, filosofias de vida muito diferentes. De acordo com Hojjat (1997), indivíduos com filosofias de vida muito diferentes tenderão a diferir fortemente nas suas filosofias sobre relações, o que, se acrescentado a um padrão de comunicação deficiente, pode impedir a resolução de divergências, levando à diminuição da satisfação conjugal. Neste casal, como se pode constatar pela sua análise, a qualidade da comunicação é muito negativa – veja-se a inundação de conflitos graves e não resolvidos, sobretudo em áreas relativas à Dimensão Amor (Sentimentos e Expressão de Sentimentos, Sexualidade e Intimidade Emocional) –, tendo-se mesmo registado, durante a entrevista, erros graves de comunicação, tais como paradoxos, pontuação linear dos acontecimentos e leitura de pensamento: “(...) eu não tomo mais vezes a iniciativa, porque às vezes me apetece, e não digo nada, queria que ele percebesse. Acho que isso se sente (...)”; “(...) ele quer que eu livremente

⁷ Ver análise do caso no Apêndice 1, e subcapítulo 2.1. deste capítulo.

faça uma coisa que ele quer, é o que eu lhe digo, «Já viste o que me estás a pedir, queres que eu faça de livre e espontânea vontade, quando tu me estás a obrigar a fazer isso». Mas não sei se ele percebe, não sei, ou se ele quer perceber”, “Em relação à loja, eu deixo ser ele a decidir, porque é ele que vai ficar à frente disso”, “ele quer sempre mais do que aquelas que eu quero. Eu quero as vezes que são suficientes (...)”.

Assim, neste casal, são evidentes vários dos índices que Gottman (Gottman & Silver, 2000) refere no seu modelo preditivo do divórcio que denominou de “cascata para a ruptura”:

➤ A presença dos Quatro Cavaleiros - a crítica global (“que ele tem um niquinho de psicopata, porque..., é de estrutura psicopata, há 5 estruturas, padrões (...), e ele tem esse, o que tem de comportamento emocional é de amante traído, é esse o comportamento que ele tem... eu já o traí antes de estar com ele”, “ela é mais fria”); o menosprezo (“e ele, quando eu lhe ponho as contas à frente, ele fica a olhar para mim com cara de parvo”, “Eu costumo dizer que ela é muito francesa... ela detesta...”), a atitude defensiva (“Ele não reage bem ao choro, detesta ver pessoas a chorar, não lida bem com isso... mas ele no Domingo começou... eu já nem sei, já bloqueei de tanto pensar em tudo aquilo que ele disse, só chorava, chorava”), e a fuga (“Vira-se para o outro lado, e não me fala, fica amuado”, “eu amuo, fico calado”);

➤ O Afogamento (“(...) é aquele comportamento de rejeição, quer dizer, eu dou-lhe, ele vem à procura de mais, e está sempre à espera de ser rejeitado, e depois quando é rejeitado, vira as costas e fica danado”, “E esse é um dos problemas, porque joga a nível sexual, porque ele tem a mais, e eu já lhe expliquei isso, mas já deixei de explicar”);

➤ -O Insucesso das Tentativas de Reconciliação. (“(...) *quer dizer, há tentativas de aproximação um começa a falar, a fazer festinhas...mas o problema não é resolvido*”)

Não foram detectados sinais evidentes de Más Recordações, e, relativamente às situações conflituosas, através da entrevista, não nos foi possível averiguar da presença de Início Brutal e de Linguagem Corporal Alterada.

Aventamos a hipótese de que as percepções positivas sobre os sentimentos, bem como o reconhecimento do sentimento como Amor, seriam, neste casal, a fonte de positividade que os levava, no momento da entrevista, a percepcionarem-se como um casal satisfeito⁸, travando a “cascata para a ruptura”. Neste caso, os sentimentos reconhecidos como Amor, apesar de intensidade fraca, e a percepção positiva relativamente a eles, seriam geradores de alguma satisfação relacional afectiva - envolvendo o processo de “inundação afectiva” (Weiss, 1980; in Whisman, 1997) -, o que poderia desencadear esforços de ambos os cônjuges para aumentar a intimidade (“*Tento explicar, tento lembrar-me de tudo aquilo que ela reconhece como sendo apoio, e então tento pôr tudo isso em prática, quase como um ritual, o que é que eu tenho de fazer, o que é difícil*”) e o compromisso - apesar da mulher se mostrar ambígua relativamente à consideração de alternativas ao parceiro e à relação -, e elevar o nível de expectativas de eficácia (“*vejo-me com mais tempo, os filhos já estão maiores, já não temos que lhes dar tanta atenção, e talvez isso possa dar mais tempo, talvez possamos namorar*”, “*Eu não sei porquê, mas acho que*

⁸Contudo, é também de considerar um possível efeito de desiderabilidade social, e, também, o que denominaríamos efeito de autodesiderabilidade - reflectindo uma reacção de ajustamento negativo de negação ou evitamento de problemas (McCubbin, 1980) -, uma vez que a elevada satisfação manifestada na resposta às escalas de avaliação da satisfação conjugal não é compatível com a elevada frequência de percepções negativas, e a baixa frequência de percepções positivas manifestadas insatisfação manifestada ao longo da entrevista.

esta liberdade que o carro pode dar, acho que pode melhorar a relação, não é que ela esteja má, mas pronto...”).

Casal 43/44

No casal 43/44, o homem revela, como se referiu, uma proporção de percepções negativas superior às positivas, e apresenta também uma frequência de percepções negativas sobre a esposa bastante elevada e superior à frequência de percepções positivas. A frequência de percepções negativas sobre a relação e sobre o parceiro não é tão elevada na esposa, sendo mesmo inferior à frequência de percepções positivas.

A análise deste caso revela uma qualidade conjugal que se situa, em geral, entre o moderado e o negativo, sendo as percepções específicas da esposa menos negativas do que as do marido.

A pouca sintonia e a baixa similitude entre o casal pode indiciar, tal como no caso anterior, diferentes filosofias de vida (*“o casamento não é só falar não é, mas eu vejo o casamento de dentro para fora portanto e ela vê de fora para dentro”*) geradoras, neste caso, de diferentes percepções sobre a própria relação, o que, associado a uma qualidade de comunicação deficiente - note-se a frequência de conflitos moderada e elevada, e considerados graves, na perspectiva do homem, em várias áreas, incluindo áreas relativas à dimensão Amor - diminui a satisfação conjugal, particularmente no marido. Esta diminuição de satisfação do marido poderá, por hipótese, e de acordo com o Modelo de Investimento de Rusbult (1980; in Drigotas & Rusbult, 1982), explicar a ambiguidade que revelou relativamente à consideração de alternativas (*“Claro que nós temos sempre uma relação platónica”*).

Relativamente aos índices de “cascata para a ruptura”, neste casal, não é clara a sua presença (Gottman & Silver, 2000); muito embora no processo de resolução de conflitos pareçam estar presentes algumas das interações negativas típicas dos Quatro Cavaleiros, bem como algum Insucesso nas Tentativas de Reconciliação: *“O L por norma é impulsivo e exalta-se bastante e grita e não sei quê, mas depois, reconsidera muito mais depressa do que eu. E eu aí não, aí sou terrível, sou mais mazinha, aí”, “Às vezes eu tenho essa tendência (abandonar o terreno, bater com a porta) quando eu estou saturada quando é uma coisa que eu já discuti muito e às vezes tenho essa tendência”, “embora a L naqueles ânimos das discussões tem coisas que não resulta, isso não resulta, por vezes diz isso mesmo, eu aí sou incapaz de discutir, se eu não, não é ser incapaz de discutir eu sou incapaz de guardar qualquer espécie de sentimento amargo depois de uma discussão sinto sempre que há uma necessidade de aproximar eu não consigo estar, ao contrário da L que eu acredito que conseguisse ficasse se fosse com outra pessoa zangada durante muito tempo sem falar quase no meio destas coisas e não sei quê, e andava lá ela ao fim de 5, 10 minutos já estou atrás dela a tentar fazer as pazes e não sei quê, porque eu não consigo, não consigo magoa-me muito e eu não gosto de me sentir magoado”.*

Saliente-se, ainda, que a percepção sobre os sentimentos apenas na mulher é predominantemente positiva, que ambos revelam intensidade moderada dos sentimentos, que a mulher refere uma evolução negativa dos sentimentos, e que o homem refere factores extrínsecos como factores de atracção (*“é assim a mim atrai-me a maneira como ela tem de organizar as coisas, capacidade organizativa, a maneira como se mexe em relação às coisas e eu também gosto muito da maneira como ela actua em relação à Mariand”*).

A maior positividade revelada nas percepções da mulher, o reconhecimento do sentimento como Amor, uma equidade elevada (“Por exemplo, haver a partilha, esta comunhão que há entre nós em termos por exemplo a divisão das responsabilidades domésticas acho que é fundamental, não consigo, não me estou a ver num casamento completamente desnivelado, não viveria por exemplo com um homem de sucesso na medida em que não houvesse a partilha em que fosse eu a dividir, não viveria numa situação desse tipo”), e alguns indícios de compromisso moral e estrutural (“é assim o que eu desejava é que aquilo que agora possa estar menos bem, nomeadamente por exemplo a questão do diálogo que houvesse mais diálogo que essas coisas fossem melhoradas, o que eu desejava é que sei lá assim em termos com a Mariana aquilo que nós projectamos para ela desejamos dela, neste momento falo da Mariana porque é..., muitas dessas coisas se realizassem se concretizassem estás a ver que houvesse harmonia, harmonia no bom sentido sem que houvesse a intromissão de um e de outro estás a ver, que estivéssemos bem um com o outro, mas eu sei que isso é um bocado difícil, passa por muitas coisas não é, sei lá por profissionalmente ele se sentir realizado e eu também e a Mariana em si também ser uma criança satisfeita e alegre, e bem sucedida na vida... enfim”, “portanto aquilo que eu gosto mais, eu gosto muito de quando eu chego a casa e tenho a refeição feita, também gosto, mas gosto muito quando as pessoas reconhecem as coisas”) podem ser, por hipótese, factores que travam a “cascata para a ruptura”.

Casal 37/38

No casal 37/38, também um dos cônjuges - neste caso a mulher - revela percepções marcadamente negativas sobre a relação e sobre o

parceiro (e de frequência superior às percepções positivas), enquanto o homem, bem pelo contrário, apresenta uma proporção de percepções positivas sobre a relação superior às negativas, e ausência de percepções negativas sobre a esposa.

Esta acentuada diferença entre os cônjuges é observável não só relativamente às percepções globais, mas também nas percepções específicas sobre a qualidade conjugal. Também neste caso, tais diferenças podem indiciar filosofias de vida diferentes que, associadas a uma menor qualidade da comunicação – veja-se os vários conflitos latentes, graves e não resolvidos referidos pela mulher – geram uma menor satisfação, neste caso, da mulher.

Aventamos a hipótese de que a elevada positividade e satisfação do marido associada ao reconhecimento, por ambos, do sentimento como Amor, à intensidade muito forte dos sentimentos, à percepção positiva dos sentimentos, e às expectativas positivas de eficácia manifestadas por ambos e, bastante enfatizadas pela mulher, constituem “zonas de força” do casal que impedem a manifestação frequente dos sinais indiciadores de “cascata para a ruptura”.

Relembramos que, de acordo com alguns autores (Baucom & Epstein, 1990; Noller, Beach & Osgarby, 1997), as expectativas de eficácia são nodais para a resolução de conflitos, e que, quanto mais baixas forem as expectativas dos cônjuges quanto às suas capacidades de resolução de problemas conjugais, maior será a probabilidade de ocorrerem respostas de resignação aprendida. Quando o casamento é recheado de experiências negativas e de tentativas ineficazes para resolver os problemas, os cônjuges podem desenvolver a percepção de que a escalada de conflito é incontrolável – tal como acontece com o marido do casal 43/44: “Eu acho

que é assim isso só em filmes, por muito que uma pessoa procure nunca consegue arranjar, porque existe sempre a discussão existe sempre a divergência” -, tendem a desistir de resolver os problemas, não conseguem melhorar a situação, evitam situações problemáticas, e diminuem a satisfação e o seu grau de compromisso pessoal na relação. Estas baixas expectativas desenvolvem-se sobretudo quando os cônjuges atribuem as causas dos seus problemas conjugais a factores estáveis e globais, assim como a intenções negativas dos seus parceiros. Neste casal 37/38, apesar de alguma tendência da esposa para uma situação de resignação (“E eu acho que como em relação a outros aspectos da vida, eu fui-me habituando a viver sem elas. Só que é um mau hábito, porque é a mesma coisa que dizer «Bom, eu conformo-me com o facto de... vou viver na mesma bem sem estas coisas». Convenço-me que vou viver na mesma bem sem estas coisas, mas no fundo, no fundo, não vivo, porque consigo cumprir a minha existência normal, rotineira, mas talvez a minha postura como mulher, o encanto, já não tem projecção, se calhar estou desencantada”), este processo não é ainda evidente, particularmente no que diz respeito a problemas e conflitos nas áreas relativas à dimensão Amor. A esposa refere acreditar que a situação vai mudar, e atribui, frequentemente, a situação negativa actual a circunstâncias externas à relação (“O meu desejo foi muito condicionado negativamente após os partos, e depois, eu penso que toda a vivência que nós tivemos como casal também afectou. Nunca tivemos um espaço de privacidade adequada... tivemos momentos, mas um espaço, viver a privacidade a cada passo, assim como tu vives outros aspectos da tua vida, também a sexualidade, eu acho que deve ser uma coisa que deve ser vivida todos os dias, não é?, deve estar presente, nós estivemos em casa da minha avó, sem condições nenhuma, depois quando eu saí lá de casa, ele foi para Inglaterra durante dois anos, não nos víamos, não estávamos juntos, de

permeio; existiram bastantes conflitos; ele esteve desempregado, e isso afectava-o muito, quer dizer, nunca foi uma coisa... eu acho que todos os factores vividos por nós, eu acho que interferiram na nossa sexualidade. Dá-me a sensação que quando finalmente a gente tem a nossa casa, e uma vida mais ou menos organizada, não sabemos como é que é...”, “Agora, isso não significa que eu desacreditei. Não, antes pelo contrário, isso significa que eu tenho a percepção destas coisas todas, e digamos que eu estou... eu não estou de braços cruzados à espera, mas não acho que a mudança se possa fazer em qualquer contexto. Acho que deve haver um contexto de mudança que permita avançar num determinado sentido, que eu própria me... como eu já te disse eu preciso de qualquer coisa que aconteça, não é uma mudança... não é como o estar deprimida e deixar de estar, isto é um assunto meu, não isto é uma coisa que é envolvente, isto é uma coisa que já faz parte da relação interpessoal e não intrapessoal, estás a perceber? Então, acho que há um contexto de factores que condicionam isto que eu tenho estado a falar neste momento, e que é preciso perceber para gerar a mudança. Há disponibilidade para a mudança da minha parte, há vontade, e eu também acredito nela, mas não é o momento, não estou a ver que nada de hoje para amanhã... para já não é uma revolução”).

Casal 13/14.

No casal 13/14, a mulher apresenta uma proporção de percepções negativas sobre a relação igual às percepções positivas, enquanto no homem, a proporção de percepções positivas sobre a relação é superior. Contudo, relativamente às percepções sobre o parceiro, a negatividade do homem é bastante superior à da mulher, revelando uma elevada frequência de percepções negativas (e superiores às percepções positivas).

revelam

negativa

resolvidos

dos índices

embora amb

alguns dos s

não é tanto

vezes, prefiro

não haver um

acontecido, lo

pequenas e ou

As exp

môderadas, co

em si pouco op

acho que a fami

dos negócios há

uma empresa, eu

acho que a família

a família não desap

O reconhe

negativos sobre as

compromisso estrut

"Já houve em tern

houve isso, já me

dizer que tenha ma

a não materializar

, uma

is, acho

amento é

uma parte

não, não é,

sou. sincera

pela cabeça

oíce, verifica

nte se pusesse

iva, é o. ficar

eu acho que é

ão é, ficam lá

ão e deu-se a

asamento sem

em constituir

uma situação de

nte a qualidade

mulher admitia

ção de percepções

to no homem, tal

obre o parceiro é

ramente superior

A análise deste caso revela uma qualidade conjugal moderada, mostrando-se a mulher, de um modo geral, mais satisfeita do que o homem.

Os índices positivos relativamente aos sentimentos, uma forte identidade conjugal, bem como a maior positividade da mulher parecem constituir zonas de força que mantêm este casal no limiar da “cascata para a ruptura”, não sendo consistentes os sinais indicadores de um mau prognóstico para o casamento referidos por Gottman (Gottman & Silver, 2000), uma vez que, quando existem, são seguidos de sinais positivos, tais como, Tentativas de Reconciliação bem sucedidas, e alguns dos Sete Princípios enunciados por Gottman (Gottman & Silver, 2000) (“*é há pronto há digamos uma certa, eu acho que há uma certa facilidade da nossa relação de as coisas entrarem no campo do conflito, mas nós fizemos uma aprendizagem que é complicada nalguns casos, em que o conflito não é grave e isso é complicado porque eu às vezes tenho a sensação de que é um bocado naturalmente começamos num campo de conflito em que as agressões normais já não fazem efeito e podemos ter tendência para entrar noutro tipo, em verbalizações cada vez mais ofensivas para o outro e é assim tipo pronto primeiro utilizamos a marreta já não dá, depois vamos buscar a espingarda e depois no fim vamos buscar o avião, e depois qualquer dia vamos ter que ir buscar a bomba atómica, quer dizer e é o tipo de processo que tem um bocado a ver com esta aprendizagem que nós fizemos de que o conflito não é grave quando ele é verbal*”, “*eu nesse aspecto acho que sou muito mais eu que amuo, muito mais pronto, eu sou capaz de... por exemplo, uma reacção típica que eu tenho quando nós temos uma discussão, é sair de casa pegar no carro e dar uma volta pronto, é típico, e depois sou capaz de chegar a casa normalmente tarde que é uma coisa que a irrita e não lhe falar durante não sei quanto tempo, normalmente a J não faz isso, a J quando nós discutimos, muito rapidamente as coisas voltam ao normal, mas em*

compensação passado algum tempo ela é capaz de ir buscar o motivo da discussão novamente, temos acho que temos mesmo processos um bocado diferente de lidar, não tanto com a explosão em si porque isso se calhar somos muito idênticos, mas a forma como gerimos o pós explosão, eu sou mais daquele género de amuar durante algum tempo depois a coisa passa-me, e ela passa-lhe rapidamente mas depois volta-lhe e...”; “mas por outro lado assim como ela muito rapidamente explode, também muito rapidamente implode e anula a explosão”, “Mas depois passado um bocadinho já passou. Ah... Como é que resolvem? Não sei... Eu acho que nós temos uma coisa... não sei... eu acho que não resolvemos assim a falar, percebes? Só que... sei lá! Depois olhamos um para o outro e pronto... já se resolveu. Ou então vamos assim a outro lado... cada um para o seu sofá e passado um bocado já estamos os dois juntos. Percebes? Coisas um bocado infantis do género quem é que apanha primeiro o comando (risos) e muda par o canal que o outro não quer. Coisas que parecem de miúdos. Não sei... acho que a nossa estratégia é mais o contacto físico”.

Casais 25/26 e 53/54

No casal 25/26, verifica-se uma proporção de percepções positivas sobre a relação superior às negativas, muito embora a frequência de percepções positivas seja maior na mulher do que no homem. Contudo, a frequência de percepções negativas sobre o parceiro é bastante mais elevada no homem (e superior à frequência de percepções positivas).

Tal como no caso anterior, no casal 53/54, a proporção de percepções positivas é superior às negativas, não se verificando, em nenhum dos cônjuges, uma frequência elevada de percepções negativas sobre o parceiro.

Estes dois casais distinguem-se dos anteriores, revelando uma maior sintonia ao nível das percepções sobre a relação, e sobre o parceiro. A análise destes dois casos revela uma qualidade conjugal moderada, ainda que se possa inferir uma menor satisfação no participante 26 comparativamente com a sua esposa. Note-se que este participante se mostrou ambíguo quanto à consideração de alternativas à parceira ou à relação.

Em ambos os casos, são várias as zonas onde se denota alguma fragilidade: Qualidade da Comunicação (25/26), Distribuição de Tarefas (25/26), Expressão de Sentimentos, Qualidade da Empatia, Respeito pela Privacidade, Sexualidade (particularmente o caso 25/26), Ajustamento, Identidade de Casal (53/54), Auto-Revelação/Partilha (particularmente o caso 25/26), Apoio Emocional, Confiança, Mutualidade, Interdependência, e, consequentemente, Intimidade e Compromisso.

Os índices relativos aos sentimentos, e o cumprimento de alguns dos Sete Princípios enunciados por Gottman (Gottman & Silver, 2000) em ambos os casais, a qualidade positiva da comunicação no casal 53/54, e uma forte identidade de casal no caso 25/26, parecem constituir zonas de força que os mantêm fora da zona de “cascata para a ruptura”, ainda que próximos do limiar, e, aparentemente, já num percurso de mudança da qualidade conjugal.

Verificamos, então, que apesar das diferenças entre estes 7 casais, indiciando etapas diferentes num percurso de mudança da qualidade conjugal, é possível encontrar um padrão distinto do que claramente se revela nos restantes 24 casais:



Quadro 4
Grupo sem Risco vs Grupo de Risco

	<i>Grupo sem Risco</i>	<i>Grupo de Risco</i>
<i>Quantidade de Comunicação</i>	Predominantemente Moderada	Moderada ou Baixa
<i>Percepção Comunicação</i>	Positiva	Sem Predominância Positiva
<i>Frequência de Conflitos</i>	Baixa	Moderada ou Baixa
<i>Intensidade de Conflitos</i>	Ligeira	Ligeira ou Grave
<i>Percepção Conflitos</i>	Predominantemente Positiva	Sem Predominância Positiva
<i>Eficácia de Resolução</i>	Resolvidos	Resolvidos ou Não Resolvidos
<i>Processo de Tomada de Decisões</i>	Predominantemente Participativo/Consultivo sem Impositivo	Com Impositivo
<i>Percepção Decisões</i>	Predominantemente Positiva	Predominantemente Positiva
<i>Percepção da Distribuição de Tarefas Domésticas</i>	Predominantemente Positiva	Sem Predominância Positiva
<i>Percepção da Distribuição de Tarefas Financeiras</i>	Predominantemente Positiva	Predominantemente Positiva
<i>Percepção da Distribuição das Tarefas Parentais</i>	Positiva	Predominantemente Positiva
<i>Designação do Sentimento</i>	Amor	Amor
<i>Intensidade dos Sentimentos</i>	Predominantemente Muito Forte	Muito Forte ou Forte ou Fraca
<i>Evolução dos Sentimentos</i>	Predominantemente Positiva	Positiva ou Sem Alteração ou Negativa
<i>Queixas relativas aos Sentimentos</i>	Raras (2% dos participantes)	Pouco frequentes (21% dos participantes)
<i>Percepção sobre os Sentimentos</i>	Positiva	Predominantemente Positiva
<i>Queixas relativas à Expressão dos Sentimentos</i>	Pouco frequentes (23% dos participantes)	Muito frequentes (71% dos participantes)
<i>Percepção sobre a Expressão de Sentimentos</i>	Predominantemente Positiva	Sem Predominância Positiva
<i>Percepção sobre Respeito pela Privacidade</i>	Predominantemente Positiva	Sem Predominância Positiva

Quadro 4 (cont.)
Grupo sem Risco vs Grupo de Risco

	<i>Grupo sem Risco</i>	<i>Grupo de Risco</i>
<i>Percepção sobre Qualidade da Sexualidade</i>	Predominantemente Positiva	Sem Predominância Positiva
<i>Percepção sobre Frequência de Relações Sexuais</i>	Predominantemente Positiva	Sem Predominância Positiva
<i>Identidade de Casal</i>	Elevada	Predominantemente Moderada ou Fraca
<i>Similitude</i>	Predominantemente Elevada	Predominantemente Baixa
<i>Ajustamento</i>	Predominantemente Fácil	Predominantemente Moderado ou Difícil
<i>Consideração de Alternativas</i>	Predominantemente Não Consideração	Predominantemente Não Consideração
<i>Ideias de Ruptura</i>	Predominantemente Ausência ou Presentes mas Não Perturbadoras	Predominantemente Presença Não Perturbadora e Perturbadora
<i>Expectativas</i>	Positivas	Sem Predominância Positiva
<i>Qualidade da Comunicação</i>	Positiva	Sem Predominância Positiva
<i>Equidade</i>	Predominantemente Positiva	Sem Predominância Positiva
<i>Auto-Revelação/Partilha</i>	Positiva	Sem Predominância Positiva
<i>Apoio Emocional</i>	Positiva	Sem Predominância Positiva
<i>Confiança</i>	Predominantemente Positiva	Sem Predominância Positiva
<i>Mutualidade</i>	Positiva	Sem Predominância Positiva
<i>Interdependência</i>	Predominantemente Positiva	Sem Predominância Positiva
<i>Intimidade</i>	Predominantemente Positiva	Sem Predominância Positiva
<i>Compromisso Pessoal</i>	Predominantemente Forte	Sem Predominância de Forte

De modo a conseguir uma diferenciação mais clara entre os casais, calculámos, para cada variável, a média do total da amostra, e a média de cada casal, observando quais os casais que revelavam diferenças significativas relativamente à média do grupo. Calculámos, ainda, para cada variável, a média do *grupo de risco* e a média do *grupo sem risco*, com o objectivo de analisarmos as diferenças significativas entre os dois grupos.

Prossigamos, então, com os elementos observados a partir desta análise.

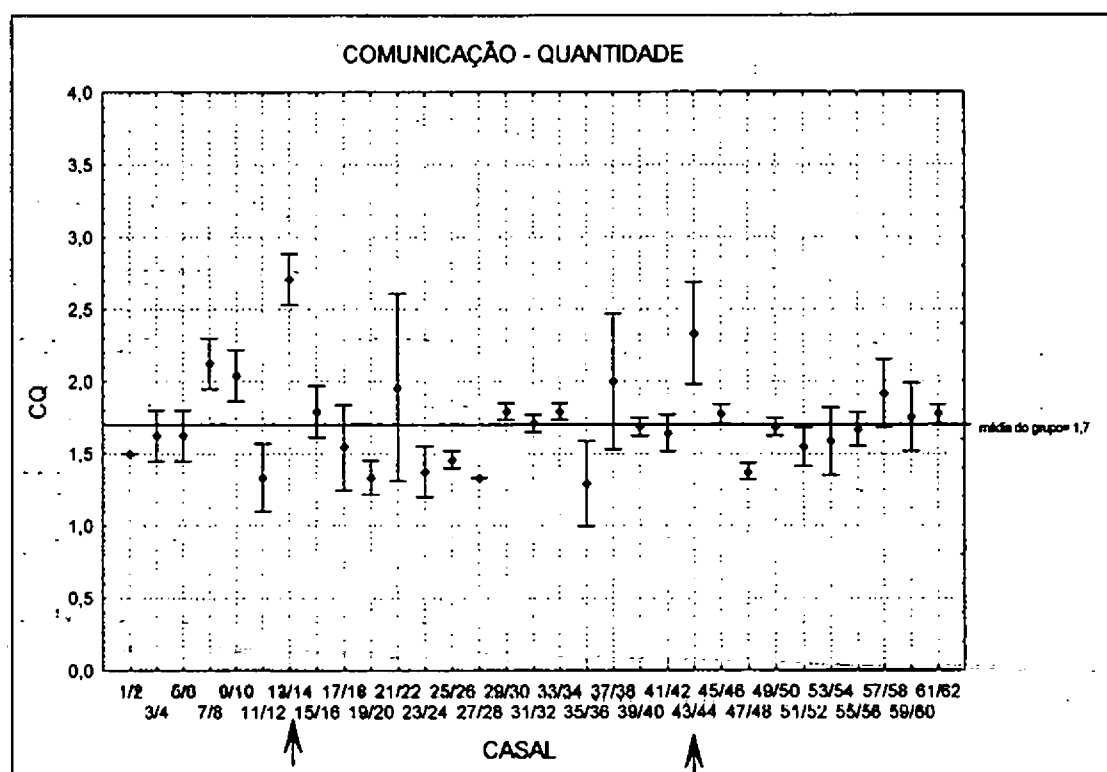


Gráfico 3
Quantidade de Comunicação

Quantidade de comunicação: distinguem-se ($p < .01$) os casais 13/14, e 43/44, pela menor comunicação; o *grupo de risco* revela uma quantidade de comunicação significativamente menor do que o *grupo sem risco*, quer na globalidade, quer nas áreas relativas a privacidade/autonomia, profissão, rede social e intimidade emocional.

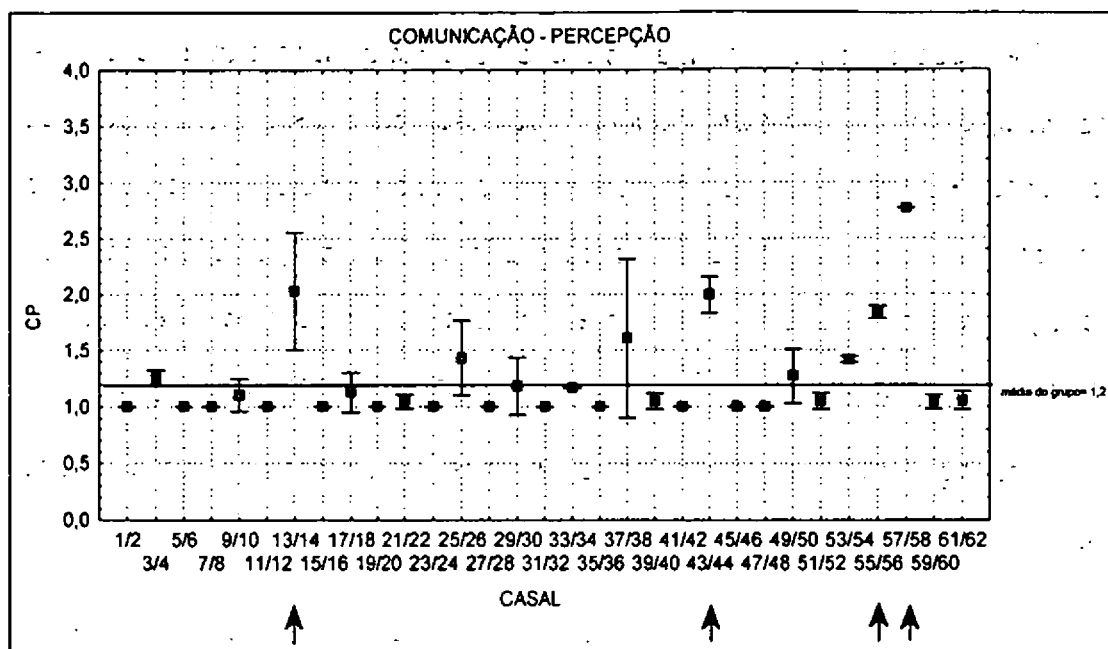


Gráfico 4
Percepção sobre a Quantidade de Comunicação

Percepção sobre a Quantidade de Comunicação: distinguem-se ($p < .01$) os casais 57/58, 13/14, 43/44, e 55/56, por uma percepção menos positiva. O casal 37/38 não se distingue pelo facto de se tratar de uma média de casal, uma vez que a percepção da mulher (37) enquadra-se no grupo dos casais que se distinguem; o grupo de risco revela uma percepção sobre quantidade de comunicação significativamente menos positiva do que o grupo sem risco, quer na globalidade, quer em todas as áreas da vida conjugal.

Frequência dos Conflitos: distinguem-se ($p < .01$) os casais 57/58, 25/26, e 43/44, por referirem maior frequência de conflitos. Os casais 37/38, 13/14, 53/54, e 55/56, não se distinguem por se tratar de uma média de casal, embora a frequência de conflitos referida por um dos cônjuges (37, 13, 54, e 56) se enquadre no grupo dos casais que se distinguem; o grupo de risco revela uma frequência de conflitos

significativamente mais elevada do que o *grupo sem risco*, quer na globalidade, quer em todas as áreas da vida conjugal.

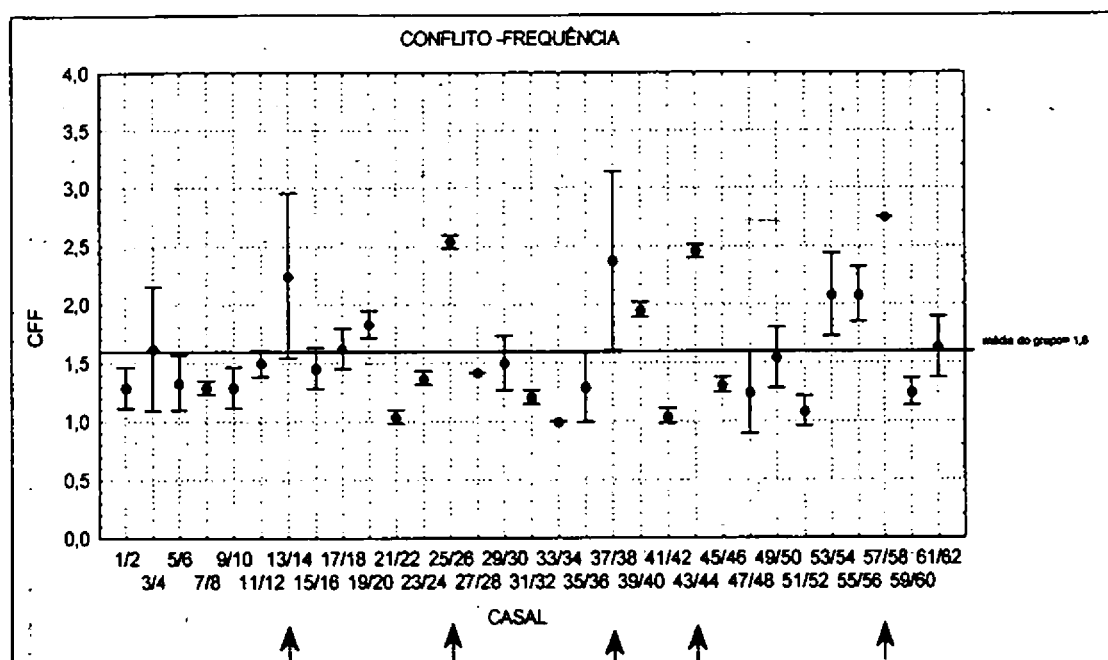


Gráfico 5
Frequência dos Conflitos

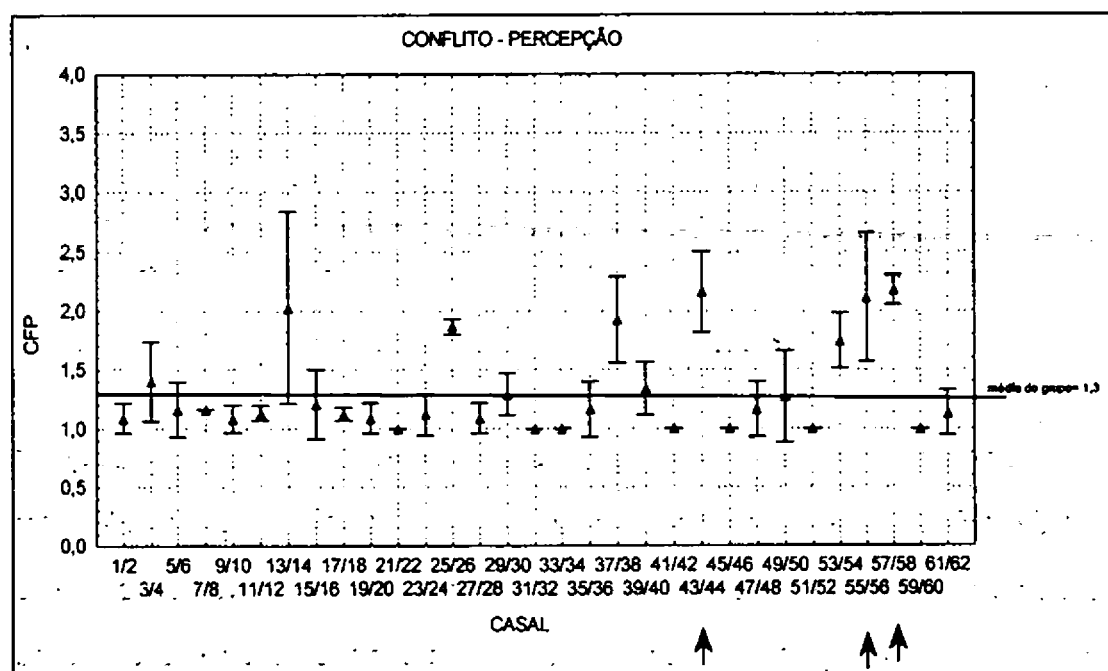


Gráfico 6
Percepção sobre a Frequência dos Conflitos

Percepção sobre a Frequência de Conflitos: distinguem-se ($p < .01$) os casais 57/58, 55/56, e 43/44, por uma percepção menos positiva. Os casais 13/14, e 37/38, não se distinguem por se tratar de uma média, mas a percepção de um dos cônjuges (13, e 37) enquadra-se no grupo dos casais que se diferenciam; o grupo de risco revela uma percepção sobre a frequência de conflitos significativamente menos positiva do que o grupo sem risco, quer na globalidade, quer em todas as áreas da vida conjugal, excepto em continuidade da relação.

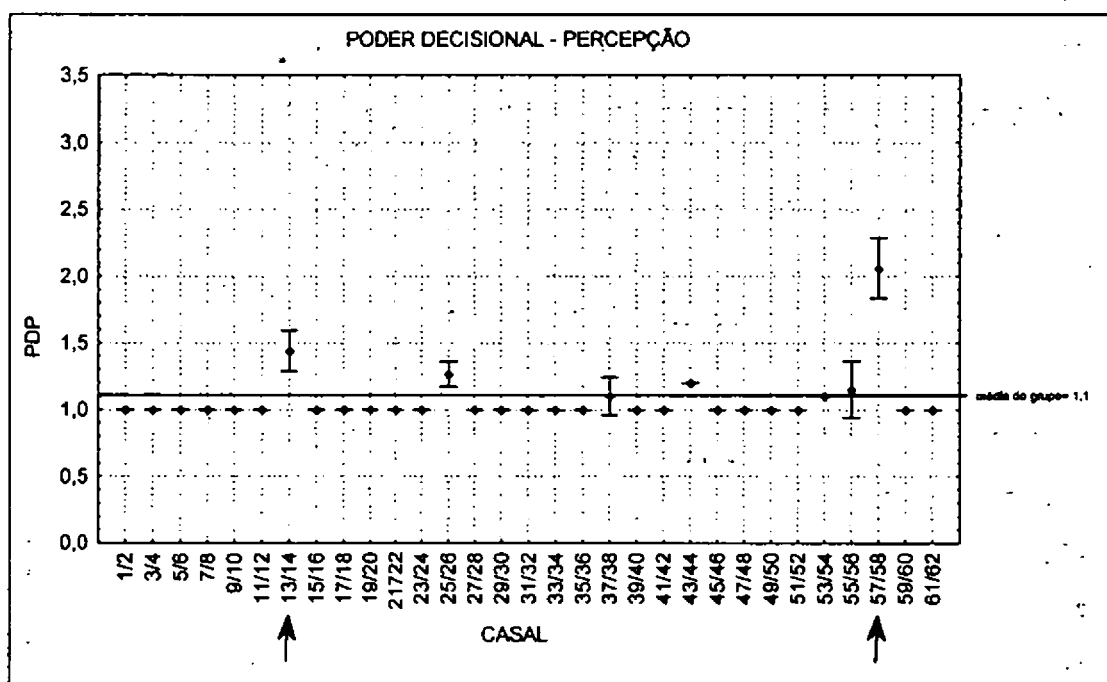


Gráfico 7
Percepção sobre a Poder Decisional

Percepção sobre o Processo Decisional: distinguem-se ($p < .01$) os casais 57/58, e 13/14, por uma percepção menos positiva; o grupo de risco revela uma percepção sobre o processo decisional significativamente menos positiva do que o grupo sem risco, quer na globalidade, quer nas áreas da vida conjugal consideradas.

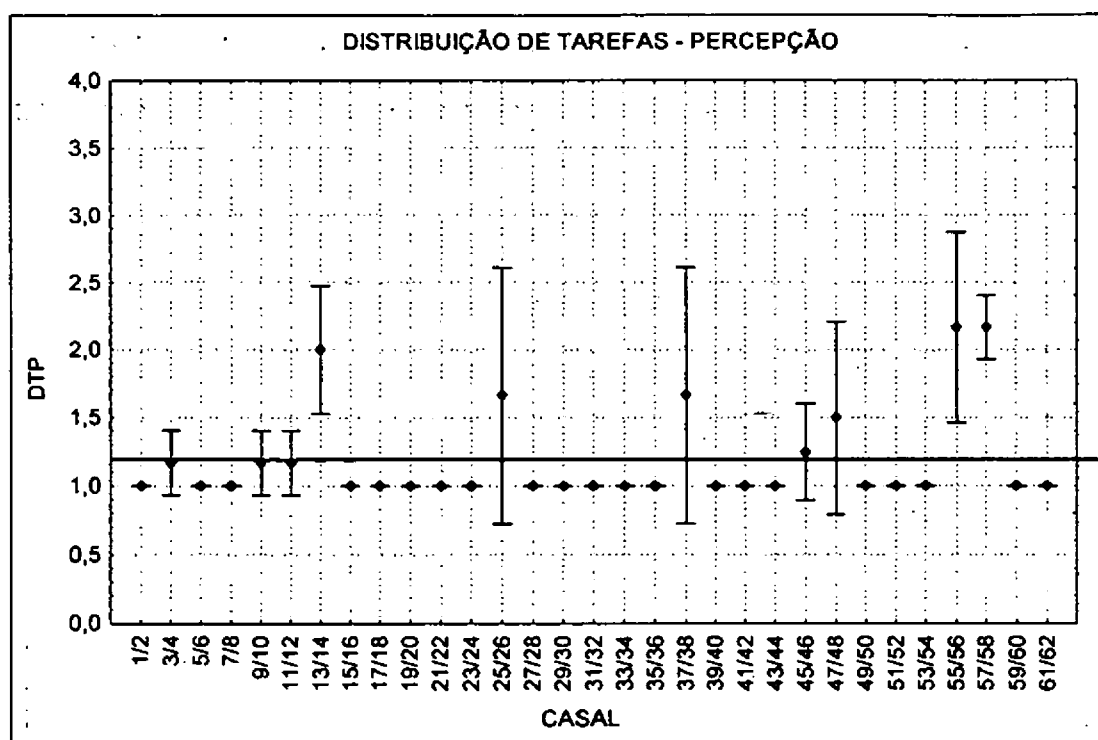


Gráfico 8
Percepção sobre a Distribuição de Tarefas

Percepção sobre a Distribuição de Tarefas: distinguem-se ($p < .01$) os casais 57/58, 55/56, e 13/14, por uma percepção menos positiva. Os casais 25/26 e 37/38 não se distinguem por se tratar de uma média, embora a percepção de um dos cônjuges (26, e 37) se enquadre no grupo dos que se diferenciam; o grupo de risco revela uma percepção sobre a distribuição de tarefas significativamente menos positiva do que o grupo sem risco, quer na globalidade, quer nas áreas da vida conjugal consideradas.

Intensidade dos Sentimentos: distinguem-se ($p < .01$) os casais 57/58, 13/14, e 43/44, por menor intensidade de sentimentos.

Evolução dos Sentimentos: distinguem-se ($p = .027$) os casais 43/44, 13/14, 37/38, e 51/52, por menos referências a evolução positiva.

Percepção dos Sentimentos: o grupo de risco revela uma percepção sobre os sentimentos significativamente menos positiva do que o grupo sem risco.

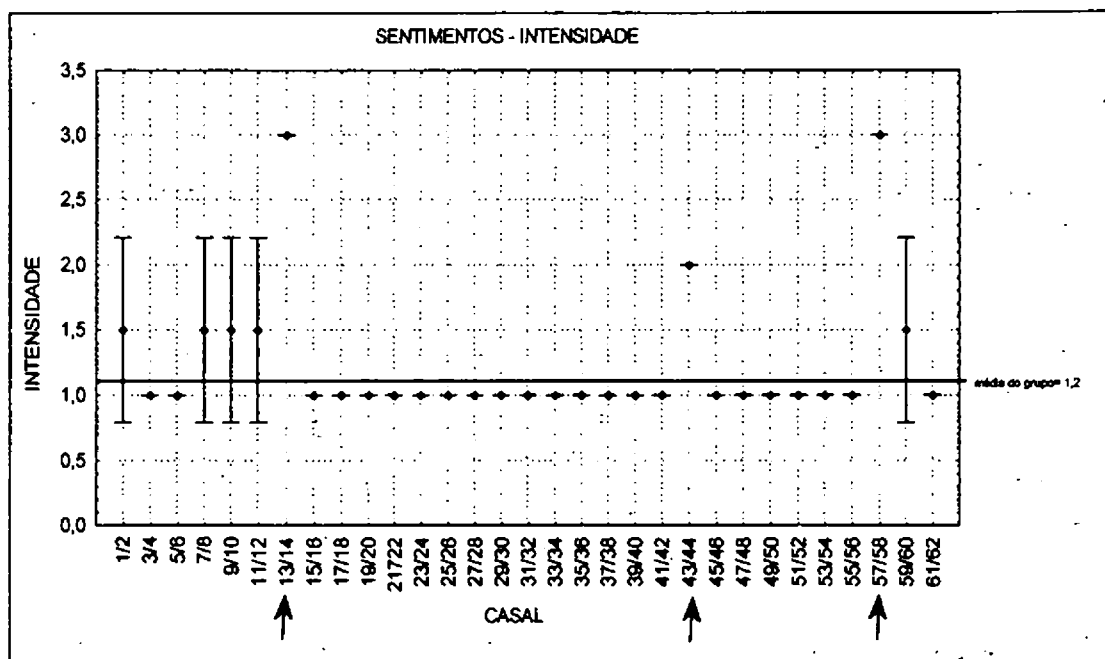


Gráfico-9
Intensidade dos Sentimentos

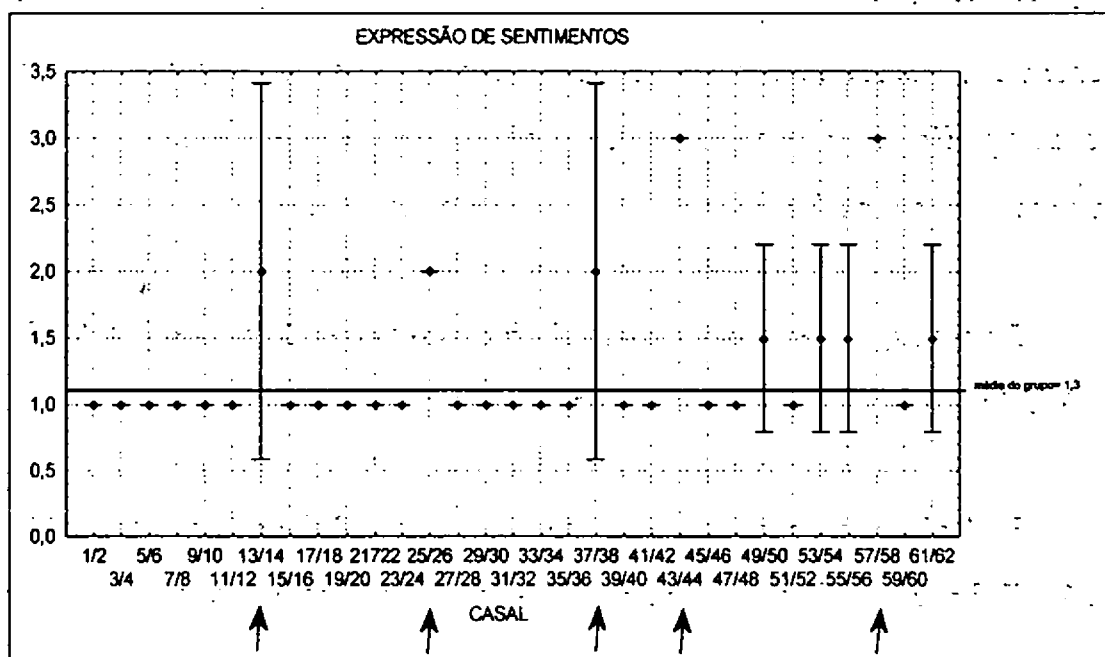


Gráfico 10
Percepção sobre a Expressão de Sentimentos

Percepção sobre a Expressão de Sentimentos: distinguem-se ($p < .01$) os casais 57/58, 43/44, 37/38, 13/14, e 25/26, por uma percepção menos positiva. Os casais 37/38, e 13/14 diferenciam-se por se tratar de uma média, uma vez que a percepção de um dos cônjuges (38, e 14) não se enquadra no grupo que se diferencia; *o grupo de risco* revela uma percepção sobre a expressão dos sentimentos significativamente menos positiva do que o *grupo sem risco*.

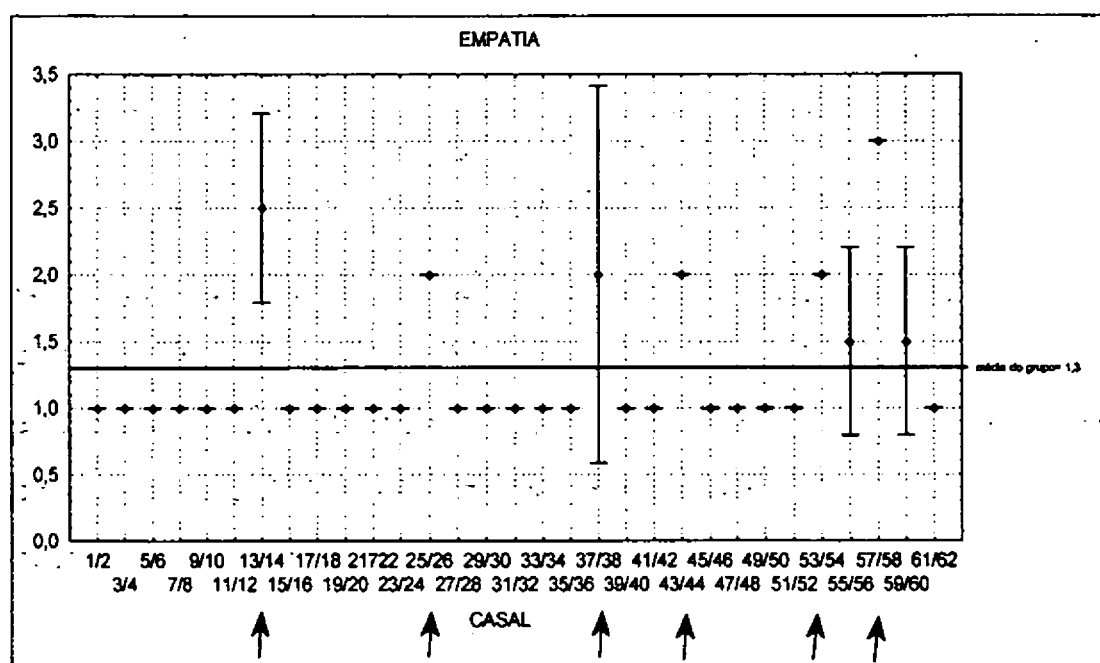


Gráfico 11
Qualidade da Empatia

Qualidade da Empatia: distinguem-se ($p < .01$) os casais 57/58, 13/14, 25/26, 43/44, e 53/54, por uma percepção de menor qualidade. O casal 37/38 diferencia-se por se tratar de uma média, embora a percepção de um dos cônjuges (38) não se enquadre no grupo que se diferencia; *o grupo de risco* revela uma percepção relativa à qualidade da empatia significativamente menos positiva do que o *grupo sem risco*.

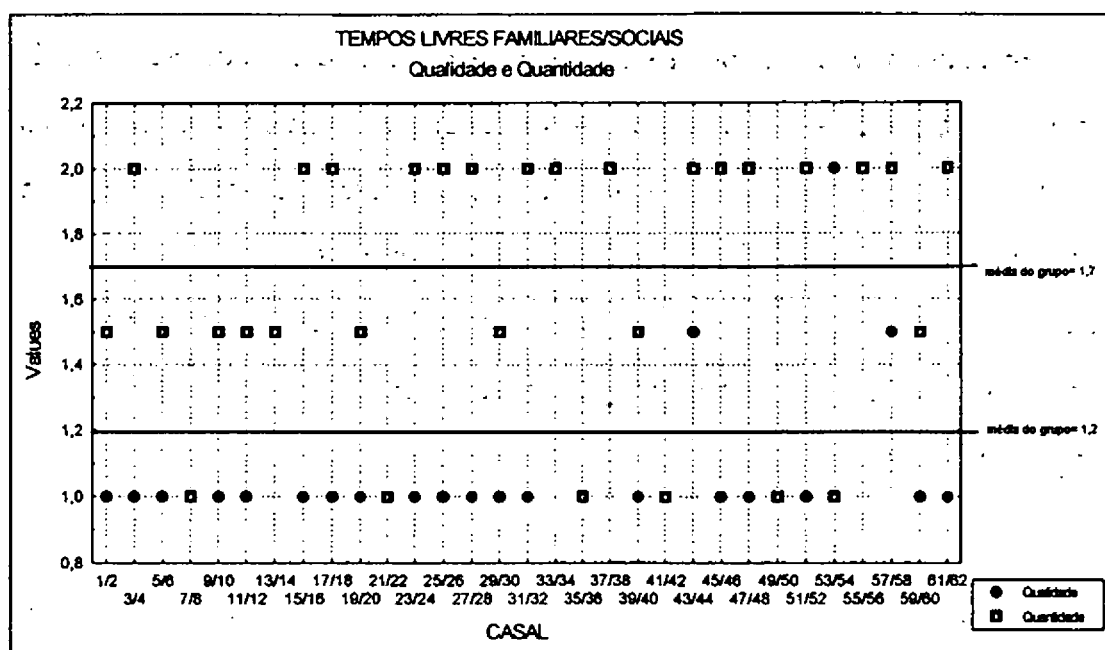


Gráfico 12

Tempos Livres Familiares/Sociais - Qualidade e Quantidade

Tempos Livres Familiares/Sociais - Qualidade: distinguem-se ($p < .01$) os casais 55/56, 53/54, 37/38, e 33/34, por uma percepção menos positiva relativamente à qualidade dos tempos livres familiares e sociais. Nos casais 57/58, 43/44, e 13/14, um dos cônjuges (58, 44, e 14), enquadra-se no grupo que se diferencia; o grupo de risco revela uma percepção significativamente menos positiva do que o grupo sem risco.

Tempos Livres Familiares/Sociais - Quantidade: distinguem-se ($p = .019$) os casais 5/6, 21/22, 35/36, 41/42, 49/50, e 53/54, por uma percepção mais positiva relativamente à quantidade de tempos livres globais e familiares. Nos casais 1/2, 5/6, 9/10, 11/12, 13/14, 19/20, 29/30, 39/40, e 59/60, um dos cônjuges não se enquadra no grupo que se diferencia.

Tempos Livres de Casal - Qualidade: o grupo de risco revela uma percepção significativamente menos positiva do que o grupo sem risco.

Tempos Livres de Casal - Quantidade: distinguem-se ($p = .011$) os casais 7/8, 9/10, 41/42, e 49/50, por uma percepção mais positiva da

percepção relativa à quantidade de tempos livres do casal. Nos casais 1/2, 5/6, 11/12, 19/20, 21/22, 35/36, e 39/40, um dos cônjuges não se enquadra no grupo que se diferencia; o grupo de risco revela uma percepção significativamente menos positiva do que o grupo sem risco.

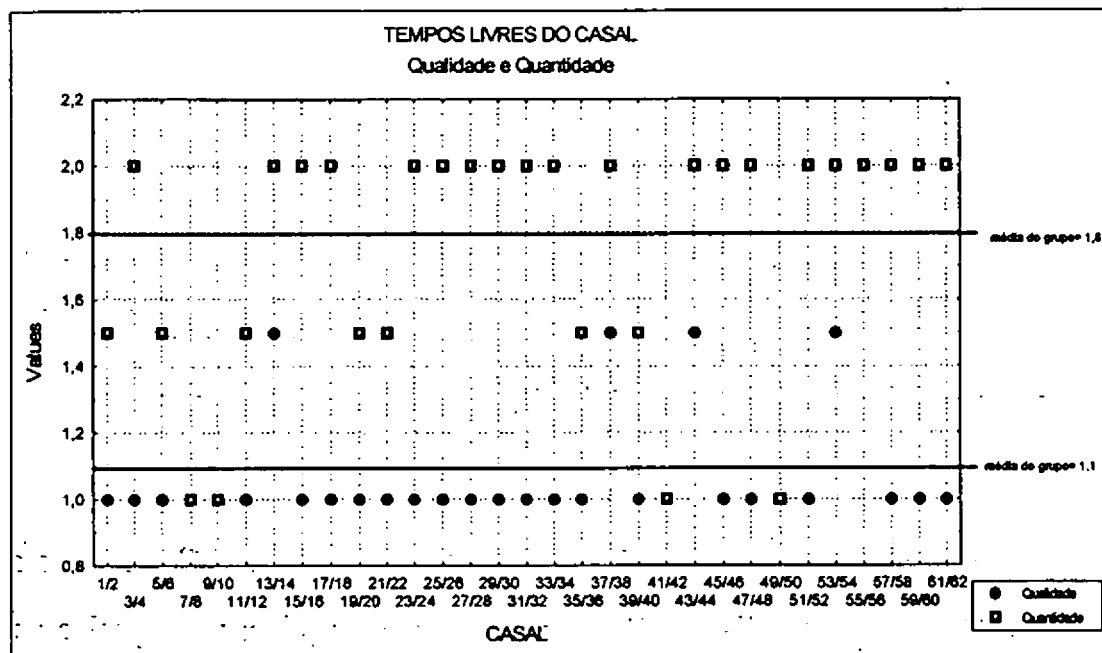


Gráfico 13
Tempos Livres do Casal - Qualidade e Quantidade

Qualidade da Sexualidade: distinguem-se ($p < .01$) os casais 57/58, 43/44, 37/38, e 25/26. No casal 37/38, um dos cônjuges (38) não se enquadra no grupo que se diferencia. O casal 59/60 não se diferencia por se tratar de uma média, embora um dos cônjuges (60) revele uma percepção da qualidade da sexualidade que se enquadra no grupo que se diferencia; o grupo de risco revela uma percepção significativamente menos positiva do que o grupo sem risco.

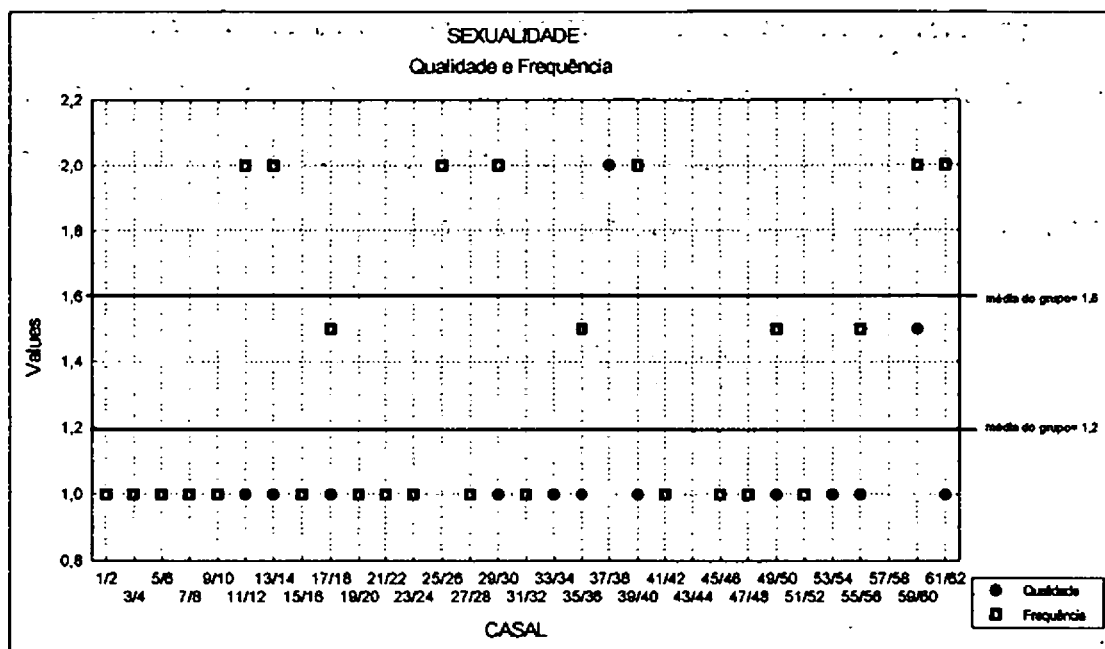


Gráfico 14
Sexualidade – Qualidade e Frequência

Frequência de relações Sexuais: distinguem-se ($p < .01$) os casais 57/58, 43/44, 13/14, 53/54, e 37/38; por uma percepção mais negativa da qualidade sexual. Contudo, nos casais 37/38 e 53/54, um dos cônjuges (38, e 53) não se enquadra neste grupo, revelando uma percepção moderada.

Os casais 61/62, 59/60, 39/40, 25/26, 13/14, e 11/12, distinguem-se por revelarem uma percepção moderada. No entanto, nos casais 13/14, e 29/30, um dos cônjuges (13, e 30) não se enquadra neste grupo, uma vez que a percepção é mais positiva.

Os restantes casais distinguem-se por uma percepção mais positiva. Porém, nos casais 17/18, 35/36, 49/50, e 55/56, um dos cônjuges (17, 36, 50, e 55) não se enquadra no grupo por apresentar uma percepção moderada.

O grupo de risco revela uma percepção significativamente menos positiva do que o grupo sem risco.

Evolução da Sexualidade: distinguem-se ($p < .01$) os casais 25/26, 33/34, 37/38, e 57/58, por ausência de referências a uma evolução positiva. Nos casais 37/38 e 57/58, um dos cônjuges (38 e 57) refere evolução moderada. Note-se que não existe informação dos participantes 25, 13, 14, 6, 7, e 8; o grupo de risco revela uma percepção significativamente menos positiva do que o grupo sem risco.

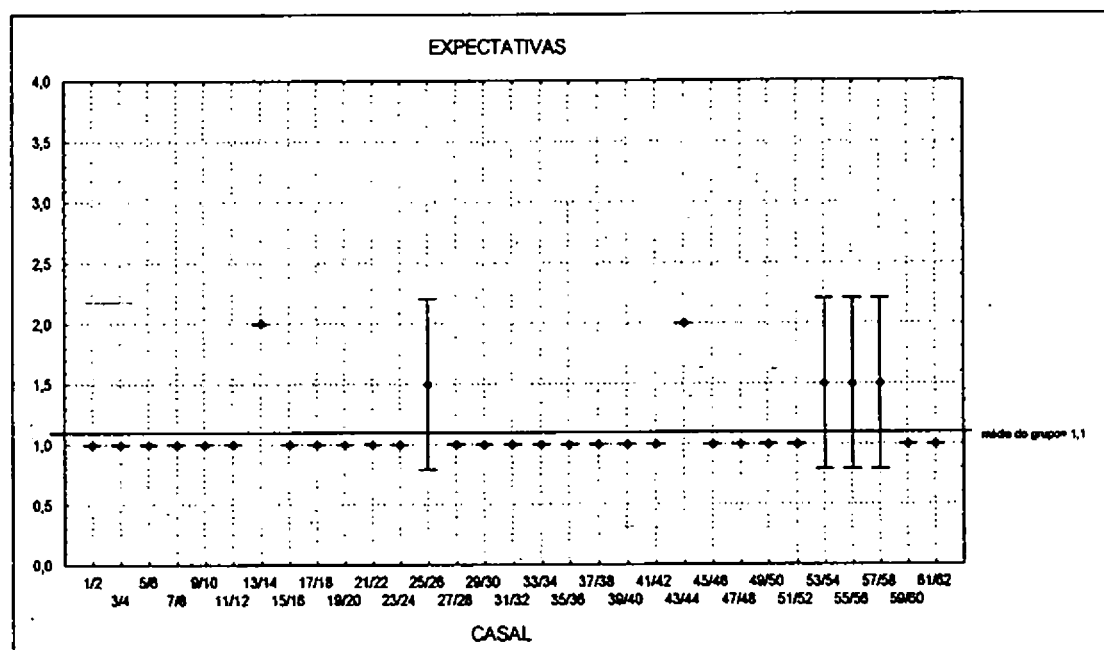


Gráfico 15
Expectativas

Expectativas: distinguem-se ($p < .01$) os casais 13/14, e 43/44, por expectativas menos positivas. Os casais 25/26, 53/54, 55/56, e 57/58, não se distinguem por se tratar de uma média de casal, mas as expectativas de um dos cônjuges (26, 54, 56, e 58) enquadra-se neste grupo; o grupo de risco revela expectativas significativamente menos positivas do que o grupo sem risco.

Identidade de Casal: distinguem-se ($p < .01$) os casais 57/58, 43/44, e 13/14, por uma identidade de casal menos elevada. Note-se, contudo que os casais 53/54 e 37/38 se aproximam deste grupo, embora, neste último casal, um dos cônjuges (38) revele uma identidade de casal elevada; o *grupo de risco* revela uma identidade de casal significativamente menos elevada do que o *grupo sem risco*.

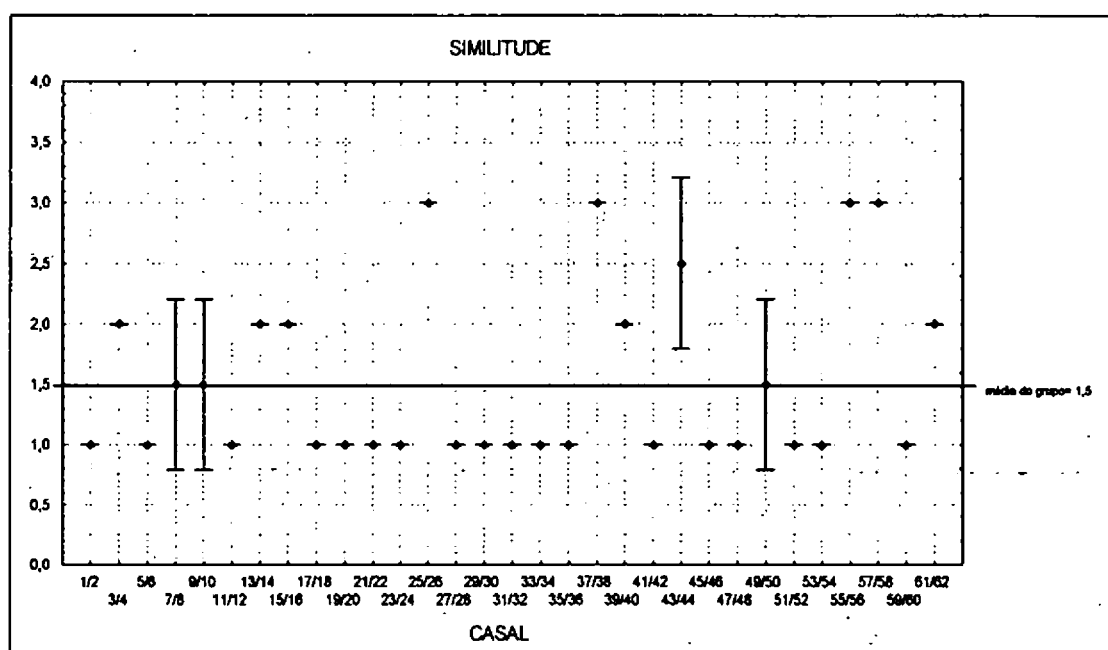


Gráfico 16
Similitude

Similitude: distinguem-se ($p < .01$) os casais 57/58, 55/56, 37/38, 25/26, e 43/44, por uma menor similitude; o *grupo de risco* revela uma similitude significativamente menor do que o *grupo sem risco*.

Ajustamento: distinguem-se ($p < .01$) os casais 57/58, 43/44, 25/26, 53/54, e 37/38 por um ajustamento menos fácil. Os casais 55/56, e 13/14 aproximam-se deste grupo; o *grupo de risco* revela um ajustamento significativamente menos fácil do que o *grupo sem risco*.

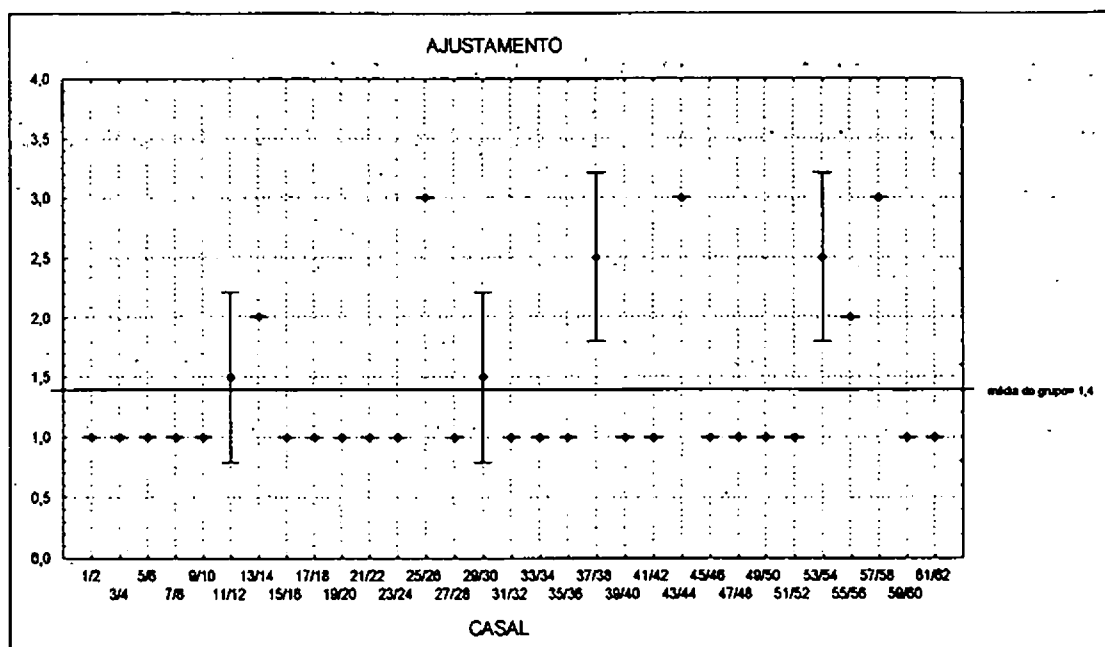


Gráfico 17
Ajustamento

Qualidade da Comunicação: distinguem-se ($p < .01$) os casais 57/58, 43/44, e 37/38, por uma menor qualidade da comunicação. Note-se que o casal 13/14 apenas se distingue por se tratar de uma média de casal, uma vez que um dos cônjuges (13) se enquadra neste grupo. Também os casais 55/56, e 25/26 se aproximam deste grupo; o *grupo de risco* revela uma qualidade da comunicação significativamente menos positiva do que o *grupo sem risco*.

Equidade: distinguem-se ($p < .01$) os casais 57/58, 55/56, e 13/14, por uma menor equidade. Os casais 47/48, 45/46, 37/38, e 25/26 distinguem-se apenas por se tratar de uma média de casal, pois a equidade revelada por um dos cônjuges (47, 45, 37, e 26) enquadra-se no grupo; o *grupo de risco* revela uma equidade significativamente menos elevada do que o *grupo sem risco*.

Qualidade da Auto-Revelação/Partilha: distinguem-se ($p < .01$) os casais 57/58, 43/44, e 13/14, por uma menor qualidade. O casal 37/38

diferencia-se deste grupo por se tratar de uma média de casal, pois a qualidade inferida a partir de um dos cônjuges (37) enquadra-se nele. Os casais 25/26 e 55/56 aproximam-se deste grupo; o *grupo de risco* revela uma qualidade significativamente menos positiva do que o *grupo sem risco*.

Qualidade do Apoio Emocional: distinguem-se ($p < .01$) os casais 57/58, 37/38, e 13/14, por uma menor qualidade do apoio emocional. Os casais 25/26, 43/44, e 53/54 aproximam-se deste grupo; o *grupo de risco* revela uma qualidade significativamente menos positiva do que o *grupo sem risco*.

Confiança: distinguem-se os casais 57/58, 13/14, e 43/44, por uma menor confiança. Os casais 25/26 e 55/56 aproximam-se deste grupo.

Mutualidade: distinguem-se ($p < .01$) os casais 57/58, 43/44, 13/14, por uma menor qualidade da mutualidade. O casal 37/38 diferencia-se deste grupo apenas por se tratar de uma média de casal, pois um dos cônjuges (37) enquadra-se no grupo. Os casais 25/26, 53/54, e 55/56, aproximam-se deste grupo; o *grupo de risco* revela uma confiança significativamente menos positiva do que o *grupo sem risco*.

Interdependência: distinguem-se ($p < .01$) os casais 57/58, 43/44, 13/14, por uma menor qualidade da interdependência. O casal 37/38 diferencia-se deste grupo apenas por se tratar de uma média de casal, pois um dos cônjuges (37) enquadra-se no grupo. Os casais 25/26, 53/54, e 55/56 aproximam-se do grupo; o *grupo de risco* revela uma qualidade significativamente menos positiva do que o *grupo sem risco*.

Intimidade: distinguem-se ($p < .01$) os casais 57/58, 43/44, 37/38, 55/56, e 25/26. No casal 37/38, um dos cônjuges (38) não se enquadra neste grupo. O casal 13/14 diferencia-se por se tratar de uma média de casal, pois um dos cônjuges (14) enquadra-se neste grupo. O casal 53/54

aproxima-se do grupo; o *grupo de risco* revela uma qualidade da intimidade significativamente menos positiva do que o *grupo sem risco*.

Compromisso Pessoal: distinguem-se ($p < .01$) os casais 57/58, 13/14, e 43/44, e 25/26, por um compromisso pessoal menos forte. No casal 37/38, um dos cônjuges (37) aproxima-se do grupo; o *grupo de risco* revela um compromisso significativamente menos forte do que o *grupo sem risco*.

Ainda com o intuito de procurar uma compreensão mais clara da diferenciação entre os casais, realizámos uma análise de *clusters* (*K-means clustering*, para dois *clusters*) com algumas das variáveis consideradas na qualidade conjugal.

1) *Quantidade de Comunicação (CQ), Percepção sobre a Quantidade de Comunicação (CP), Frequência de Conflitos (CFF), Percepção sobre a Frequência de Conflitos (CFP)*

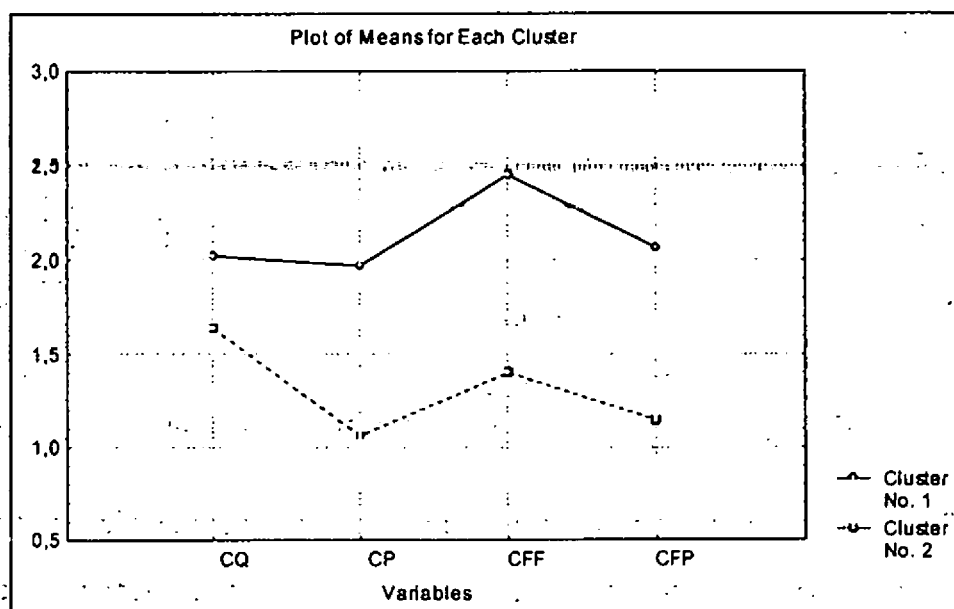


Gráfico 18
Clusters: Comunicação e Conflito (Quantidade e Percepção)

A análise sobre estas variáveis discriminou dois *clusters*, sendo que o que se caracteriza por menor quantidade de comunicação, percepção menos positiva sobre a quantidade de comunicação, frequência mais elevada de conflitos, e percepção menos positiva sobre a frequência de conflitos, inclui os seguintes casais e participantes desemparelhados: 13/14, 25/26, 43/44, 55/56, 57/58, 37, e 54.

Saliente-se que a variável onde estes dois *clusters* menos se distinguem é a Quantidade de Comunicação.

2) Percepção sobre o Processo Decisional (PDP), Percepção sobre a Distribuição das Tarefas Domésticas (DTP)

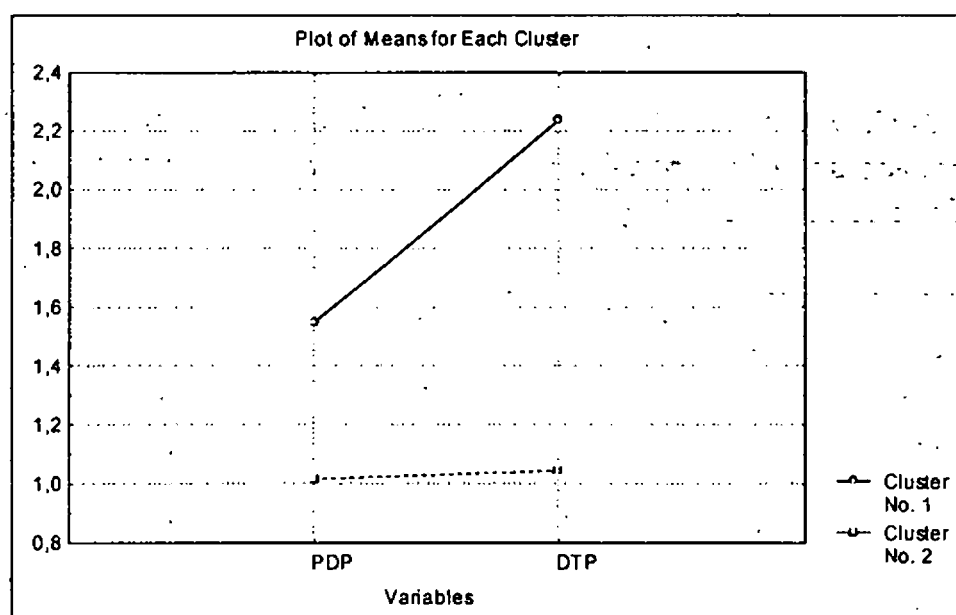


Gráfico 19
Clusters: Poder Decisional e Distribuição de Tarefas

O *cluster* caracterizado por percepção menos positiva sobre o processo decisional, e percepção menos positiva sobre a distribuição de tarefas domésticas, inclui os seguintes casais e participantes desemparelhados: 13/14, 57/58, 26, 37, e 56.

Estes dois *clusters* distinguem-se mais marcadamente na variável percepção sobre a Distribuição de Tarefas.

3) Qualidade da Sexualidade e Frequência de Relações Sexuais

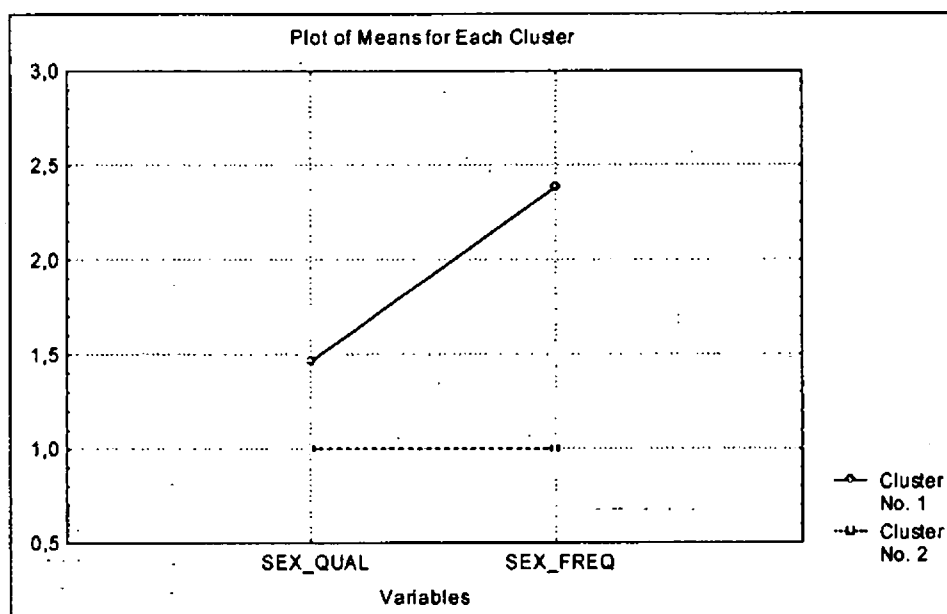


Gráfico 20

Clusters: Qualidade da Sexualidade e Frequência de Relações Sexuais

Compõem o *clusters* caracterizado por uma percepção menos positiva sobre a qualidade da sexualidade, e por uma percepção menos positiva sobre a frequência de relações sexuais, os seguintes casais e participantes desemparelhados: 11/12, 14, 17, 25/26, 29, 33/34, 36, 37/38, 39/40, 43/44, 50, 53/54, 55, 57/58, 59/60, e 61/62.

Estes dois *clusters* distinguem-se mais acentuadamente na variável Frequência das Relações Sexuais.

4) *Intensidade de Sentimentos, Evolução de Sentimentos, Percepção da Expressão de Sentimentos, Percepção de Sentimentos, Qualidade da Empatia, Identidade de casal, Equidade, Qualidade e Quantidade de Tempos Livres familiares/Sociais, Qualidade e Quantidade de Tempos Livres Exclusivos do Casal, Qualidade e Quantidade de Tempos Livres Individuais, Respeito pela privacidade, Qualidade da Sexualidade, Frequência da Sexualidade, Evolução da Sexualidade, Similitude, e Ajustamento*

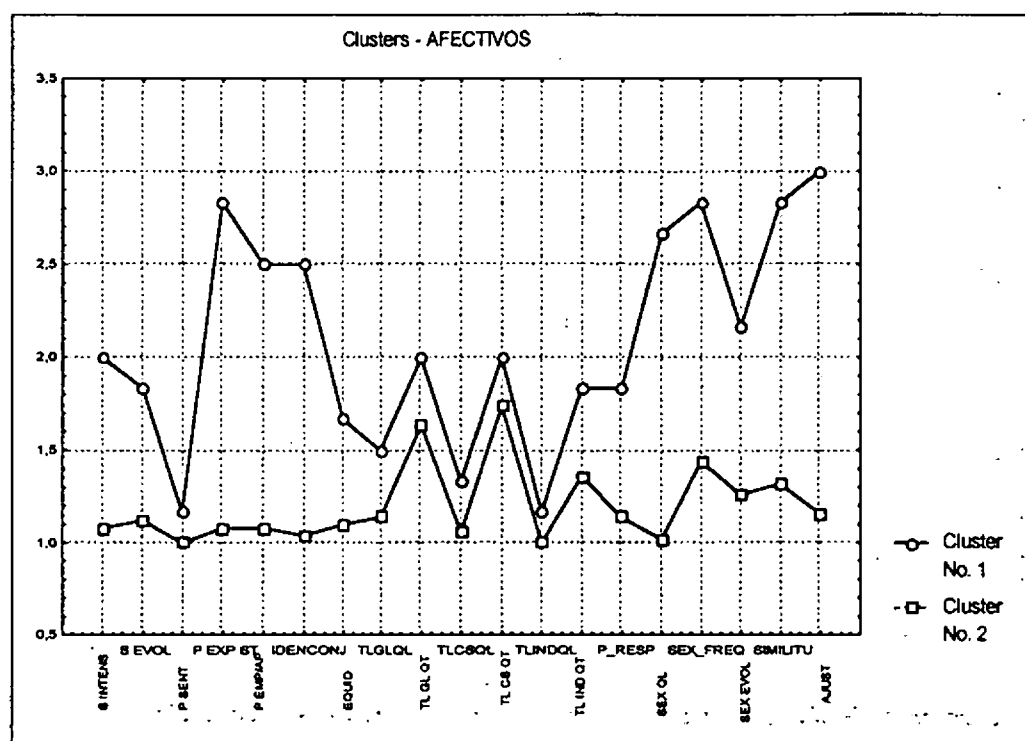


Gráfico 21
Clusters: Outras Variáveis de 1ª Ordem

Dos dois *clusters* discriminados, o que se caracteriza por uma percepção menos positiva inclui os seguintes casais e participantes desemparelhados: 26, 37, 43/44, e 57/58.

Note-se que nas seguintes variáveis, as diferenças entre os dois grupos são mais acentuadas: Percepção da Expressão de Sentimentos, Qualidade da Empatia, Identidade de Casal, Qualidade da Sexualidade, Frequência de Relações Sexuais, Similitude, e Ajustamento.

5) *Percepção de Sentimentos, Auto-Revelação/Partilha, Apoio Emocional, Confiança, Mutualidade, Interdependência, Qualidade da Sexualidade, Frequência da Sexualidade, e Evolução da Sexualidade*

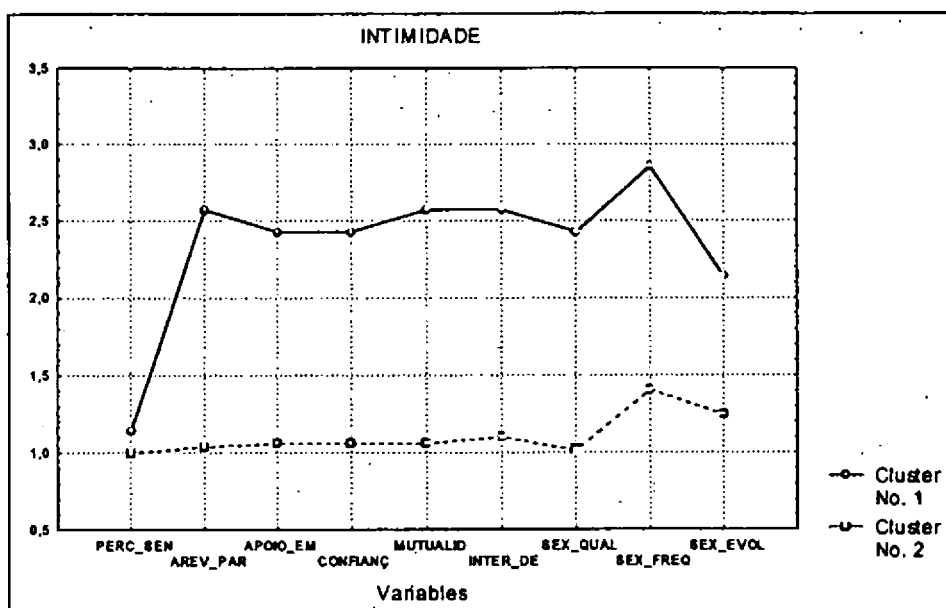


Gráfico 22
Clusters: Intimidade

A análise sobre estas variáveis - correspondentes à Intimidade - discriminou dois *clusters*, sendo que o que se caracteriza por uma menor qualidade da intimidade, inclui os seguintes casais e participantes desemparelhados: 26, 37, 54, 43/44, 57/58.

Saliente-se que em todas as variáveis, excepto em Percepção de Sentimentos, as diferenças entre os dois grupos são acentuadas.

6) *Intimidade, Consideração de Alternativas, ideias de Ruptura, e Expectativas*

A análise sobre estas variáveis - correspondente ao Compromisso Pessoal - discriminou dois *clusters*, sendo que o que se caracteriza por um compromisso pessoal menos forte, inclui os seguintes casais e participantes desemparelhados: 37, 44, 55, 25/26, 57/58.

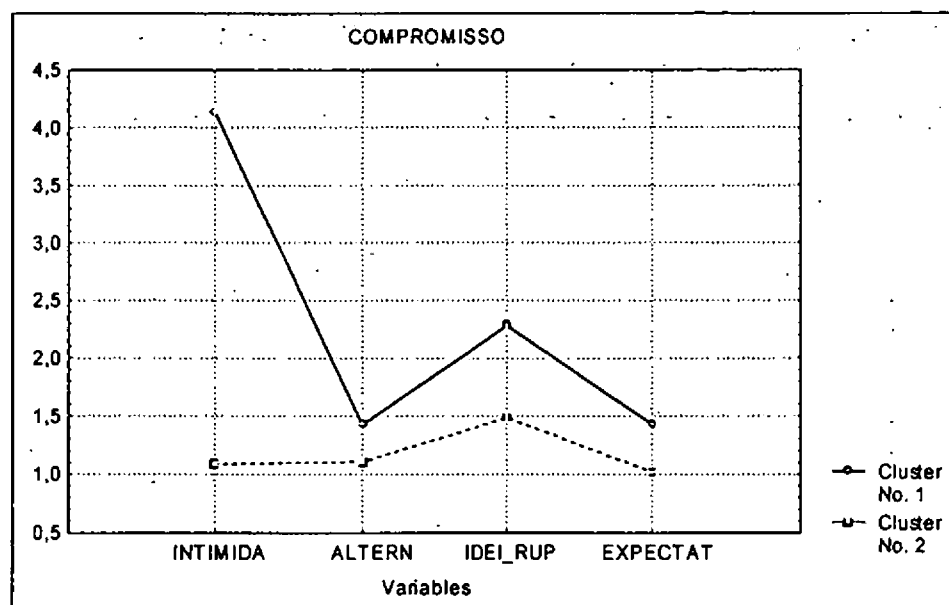


Gráfico 23
Clusters: Compromisso

A Intimidade é a variável onde as diferenças entre os dois grupos são mais acentuadas.

7) *Percepção Positiva da Relação, Percepção Negativa da Relação, Percepção Positiva do Parceiro, Percepção negativa do Parceiro, Percepção Positiva do Si, Percepção Negativa do Si, Percepção Positiva do Parceiro e relação, Percepção Negativa do Parceiro e Relação, Percepção Positiva do Parceiro, da Relação e do Si, Percepção negativa do Parceiro, da relação e do Si*

A análise sobre estas variáveis discriminou dois *clusters*, sendo que o que se caracteriza por menor frequência de percepções positivas e por maior frequência de percepções negativas, inclui os seguintes casais e participantes desemparelhados: 13/14, 25/26, 43/44, 55/56, 57/58, e 37.

As variáveis onde estes dois grupos menos se distinguem são: Percepção Positiva do Parceiro, Percepção Positiva do Si, e Percepção negativa do Si.

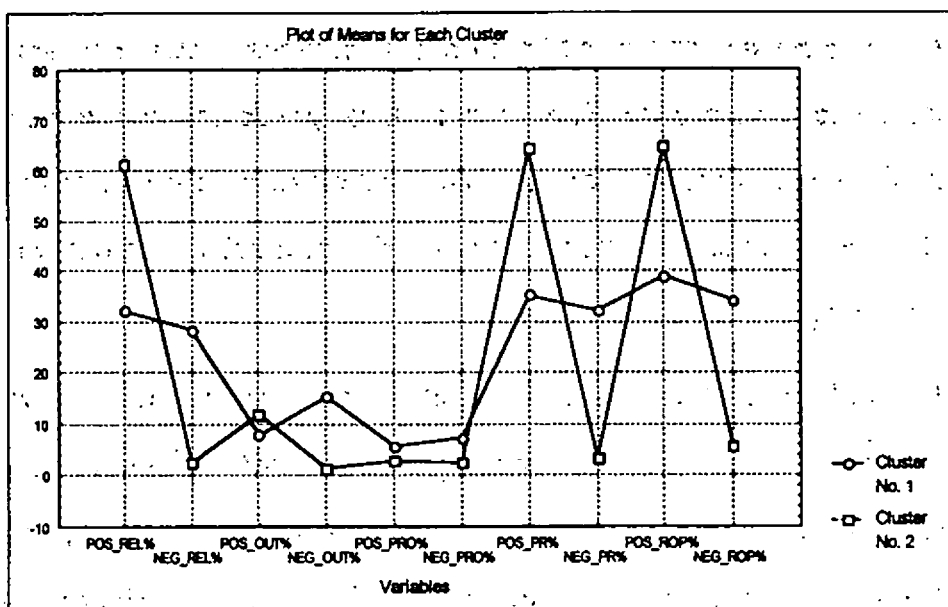


Gráfico 24
Clusters: Percepções Globais

9.1.2.1. Padrões de Satisfação Conjugal

Neste estudo, foram utilizados dois instrumentos quantitativos de avaliação da satisfação – a *Escala de Índice Único de Avaliação da Satisfação Global*, e a *Escala de Avaliação da Satisfação em Áreas da Vida Conjugal*. Por outro lado, através da entrevista pudemos também obter índices de avaliação da satisfação conjugal, uma vez que foram analisadas as percepções positivas e negativas de cada um dos participantes. Partindo do pressuposto de que a satisfação é o resultado de uma avaliação pessoal e subjectiva da relação (Thompson, 1988); e de que a satisfação com a relação está fortemente correlacionada com a percepção do parceiro (Meeks, Hendrick & Hendrick, 1998) e com a percepção da relação (Acitelli *et al*, 1999; Buunk & van Eijnden, 1997; Fowers, 1998; Fowers, Lyons & Montel, 1996; entre outros), consideramos, então, a análise das percepções da relação e do parceiro como bons indicadores do nível de satisfação conjugal.

A comparação entre os resultados obtidos pelas escalas e os resultados obtidos pela entrevista, torna clara, pensamos nós, a diferença entre “medir” - possibilitada por instrumentos de avaliação quantitativos -, e “analisar” - através de instrumentos de avaliação qualitativos - a satisfação conjugal.

A *Escala de Índice Único* é um instrumento pouco informativo, uma vez que apenas permite uma avaliação global da satisfação entre 1 e 7 (Totalmente Insatisfeito (1), Muito Insatisfeito (2), Insatisfeito (3), Razoavelmente Satisfeito (4), Satisfeito (5), Muito Satisfeito (6) e Totalmente Satisfeito (7)).

Sendo a nossa amostra constituída por casais que se afirmavam satisfeitos - o que constituiu um critério de base na construção da amostra -, a utilização desta escala permitia-nos aceitar ou rejeitar, de imediato, os participantes enquanto sujeitos da amostra, uma vez que só seriam considerados valores entre 4 (Razoavelmente Satisfeito) e 7 (Totalmente Satisfeito). É de salientar que nenhum participante foi rejeitado, dado que a maioria se classificou em Muito Satisfeito, e Totalmente Satisfeito, um em Satisfeito, e três em Razoavelmente Satisfeito.

A *EASAVIC*, pelas suas características, permite o acesso a uma informação mais diferenciada: resultado global na escala, resultados relativos aos conjuntos de itens que constituem as dimensões Amor, e Funcionalidade, e resultados relativos aos conjuntos de itens que constituem os Focos na Relação, no Parceiro, e no Si. As respostas aos itens que constituem esta escala podem variar entre Nada Satisfeito (1), Pouco Satisfeito (2), Razoavelmente Satisfeito (3), Satisfeito (4), Muito Satisfeito (5), e Completamente Satisfeito (6). Torna-se, assim, possível distinguir áreas de maior ou de menor satisfação, bem como obter uma

informação sobre as fontes de maior ou menor satisfação – a relação, o parceiro, ou o si -, o que poderá constituir um indicador hipotético sobre as atribuições relativas à satisfação.

Tratando-se de uma amostra de casais que se afirmavam satisfeitos, seria de esperar que, em todos os participantes, o resultado global da escala variasse entre Razoavelmente Satisfeito e Completamente Satisfeito. Já relativamente aos resultados em cada item, ou aos resultados parciais seria aceitável uma maior variabilidade.

Verificou-se⁹, de facto, que a maioria dos participantes obteve um resultado global correspondente a Muito Satisfeito e Totalmente Satisfeito, onze obtiveram um resultado correspondente a Satisfeito, e apenas um obteve um resultado correspondente a Razoavelmente Satisfeito.

Nos resultados relativos à satisfação na dimensão Funcionalidade, vinte e cinco participantes obtiveram um resultado correspondente a Satisfeito, três obtiveram um resultado correspondente a razoavelmente Satisfeito, e os restantes situaram-se em Muito Satisfeito e Totalmente Satisfeito.

Nos resultados referentes à satisfação na Dimensão Amor, oito participantes obtiveram um resultado correspondente a Satisfeito, e os restantes situaram-se em Muito Satisfeito e Totalmente Satisfeito.

Nos resultados relativos à satisfação centrada na Relação, vinte e dois sujeitos obtiveram um resultado correspondente a Satisfeito, três obtiveram um resultado correspondente a Razoavelmente Satisfeito, e os restantes situaram-se em Muito Satisfeito e Totalmente Satisfeito.

⁹ Consultar, no Apêndice 2, os resultados sobre a EASAVIC.

Nos resultados relativos à satisfação centrada no Parceiro, seis participantes obtiveram um resultado correspondente a Satisfeito, um correspondente a Razoavelmente Satisfeito, e os restantes situaram-se em Muito e Totalmente Satisfeito.

Nos resultados relativos à satisfação centrada no Si, sete participantes obtiveram um resultado correspondente a Satisfeito, situando-se os restantes em Muito e Totalmente Satisfeito.

Respostas 1 e 2, correspondentes, respectivamente, a Nada satisfeito e Pouco Satisfeito ocorreram em 21 dos 44 itens, sendo que apenas no item 6 - satisfação com a quantidade de tempos livres - se verificou uma frequência elevada destas respostas (23 participantes). No item 2 - satisfação com a distribuição das tarefas domésticas - tais respostas foram dadas por 5 participantes (mulheres); no item 8 - satisfação com o modo de se relacionarem com a família do cônjuge - ocorreram 4 respostas de menor satisfação; nos itens 5, 9 e 17 - satisfação com a qualidade dos tempos livres; satisfação com o modo de se relacionarem com a família do inquirido; satisfação com a frequência de conflitos - ocorreram 3 respostas de menor satisfação; no item 25 - frequência de relações sexuais ocorreram 2 respostas de menor satisfação; e nos restantes 14 itens apenas ocorreu 1 resposta de menor satisfação.

Embora se verifiquem diferenças significativas entre as médias do grupo de risco e do grupo sem risco no que se refere aos resultados em satisfação global, satisfação na dimensão funcionalidade, satisfação com foco na relação, e com foco no parceiro, pensamos que os resultados obtidos na *EASAVIC*, por si só, não são suficientemente claros na diferenciação da satisfação entre o *grupo de risco* e o *grupo sem risco*. Isto porque 7 (53/54, 57/58, 25, 38, 43, e 55) dos participantes deste grupo apresentam

um grau elevado de satisfação global semelhante ao dos participantes do grupo *sem risco*. No entanto, saliente-se que destes 7 participantes, com excepção do casal 57/58, todos revelam uma proporção de percepções positivas sobre a relação superior às negativas, e que os respectivos cônjuges, e o casal 13/14, que revelam maior negatividade na percepção da relação ou do parceiro, apresentam, na EASAVIC, um grau de satisfação menos elevado do que os demais.

Os resultados obtidos por ambos os cônjuges do casal 57/58 - particularmente os do participante 58, por serem ainda mais elevados do que os da sua esposa - podem explicar-se, como já o referimos, por diversas razões: um possível efeito de “inundação afectiva”, uma vez que através dos dados da entrevista se pode ainda inferir alguma satisfação relacional afectiva a qual poderia estar a influenciar o nível de satisfação global; um eventual efeito de desiderabilidade social, tanto mais que os participantes sabiam que este estudo requeria uma amostra de casais que se encontrassem numa situação de satisfação conjugal; e um efeito de autodesiderabilidade - reflectindo, face ao stress inerente à mudança na qualidade conjugal, uma reacção de ajustamento negativo de negação ou evitamento de problemas (McCubbin, 1980). Note-se que, mesmo em situação de entrevista, algumas afirmações proferidas por estes participantes, e tomadas no contexto da análise global da entrevista, podem ser indiciadoras de tais reacções: “acho que pode melhorar a relação, não é que ela esteja má, mas pronto...”, “(Sexualidade) Essa é a única coisa em que eu acho que não estamos bem”.

No grupo *sem risco*, os casais 7/8, e os participantes 28, 29 e 32 apresentam resultados globais, na EASAVIC, inferiores aos restantes participantes do mesmo grupo. Os resultados do participante 29 não se

revelam incoerentes face aos dados obtidos na entrevista, uma vez que foram detectadas, neste casal, várias zonas de fragilidade, e apesar deste participante revelar uma proporção de percepções positivas sobre a relação superior às negativas, a frequência de percepções positivas é baixa.

Os resultados do participante 32 e do participante 28, embora não atinjam o nível considerado de satisfação elevada (Muito Satisfeito), estão muito próximo, e justificam-se por uma menor satisfação revelada nos itens correspondentes à dimensão Funcionalidade, o que é também coerente com a análise da entrevista: relembramos que as zonas de maior fragilidade do casal 27/28 são na área dos Filhos e dos Tempos Livres, e no casal 31/32, na área da família de origem, e na interferência da profissão do homem.

Os resultados do casal 7/8 parecem-nos os menos coerentes com os dados da entrevista, ainda que possam ser associados às zonas de maior fragilidade detectadas: gestão financeira, pouca colaboração do homem, particularmente nas tarefas domésticas e financeiras (ainda que tal não seja percepcionado negativamente pela esposa); moderada intensidade de sentimentos por parte da mulher e algumas diferenças ao nível de padrões e pressupostos relativamente à expressão de sentimentos, ainda que tal diferença esteja associada a uma clara compreensão e aceitação por parte da esposa. É também possível que, relativamente a este casal se verifique a interferência de factores contextuais demográficos - nível académico -, uma vez que este é o casal com menor habilitação escolar. A pouca variação nas respostas aos itens da *EASAVIC*, bem como as respostas na entrevista - reveladoras de um menor nível de análise e elaboração comparativamente com os demais entrevistados - indiciam a menor diferenciação cultural deste casal.

Realizámos uma análise de *clusters*, tomando como variáveis os resultados obtidos nos conjuntos de itens que avaliam, respectivamente, a Satisfação Global, Satisfação na Dimensão Amor, na Dimensão Funcionalidade, no Foco na Relação, no Foco no Parceiro, e no Foco no Si.

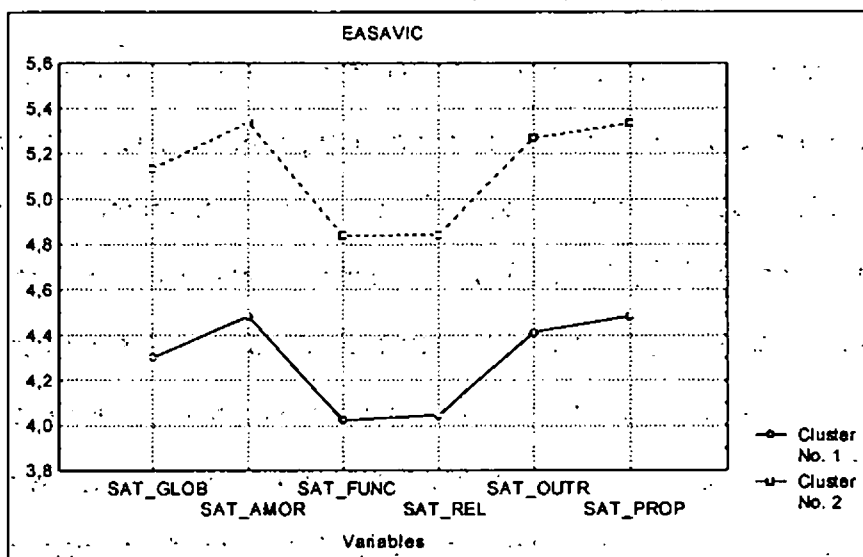


Gráfico. 25
Clusters: EASAVIC

A análise discriminou dois *clusters*, sendo que, aquele onde os resultados são menos elevados inclui 15 participantes do *grupo sem risco*, e 7 participantes do *grupo de risco*. Destes 7 participantes, 4 inserem-se, na análise das percepções globais, em padrões de maior proporção de percepções negativas sobre as positivas, ou de igual proporção. No *cluster* correspondente aos resultados mais elevados, incluem-se 33 participantes do *grupo sem risco*, e 6 participantes do *grupo de risco*. Destes 6 participantes, 4 inserem-se, na análise das percepções globais, num padrão de maior proporção de percepções positivas sobre as negativas. Note-se que o casal 57/58 que revela, comparativamente com os demais casais, mais índices de mudança negativa da qualidade e da satisfação conjugal – encontrando-se actualmente divorciado –, se encontra neste *cluster*.

Saliente-se, ainda, que, em ambos os *clusters*, se encontra um padrão semelhante relativamente aos resultados nas variáveis: maior satisfação na Dimensão Amor do que na Dimensão Funcionalidade; maior satisfação no Foco no Si do que no Foco no Parceiro; e menor satisfação no foco na Relação do que no foco no Parceiro ou no Si.

Deste modo, pensamos que os resultados obtidos na EASAVIC, embora possibilitem a diferenciação de dimensões, áreas e focos de maior e menor satisfação, não permitem, por si só, uma discriminação fina de diferentes níveis de satisfação conjugal¹⁰ – particularmente numa amostra de casais satisfeitos –, o que pode ser atribuído aos limites que lhe são inerentes, aos quais já anteriormente¹¹ nos referimos: algum emaranhamento conceptual, não consideração da valorização pessoal da satisfação em cada uma das áreas, não consideração de uma área relativa aos filhos, subjectividade inerente às significações atribuídas aos valores numéricos da escala, etc. Os resultados da escala podem também ser influenciados pelo efeito de desiderabilidade social, ou, mais especificamente, por Distorções Idealistas – aliás, como se sabe, o enviesamento de autovalorização relacional é mais característico dos que estão felizes na relação (Buunk & van Eijnden, 1997; Fowers, 1998), o que tem constituído uma preocupação na avaliação da satisfação conjugal (Fowers, *et al*, 1994; Fowers, Lyons & Montel, 1996). Pensamos, ainda, ser de admitir, como já referimos, a possibilidade de interferência, quer do efeito de “inundação afectiva”, quer de mecanismos negativos de ajustamento face a factores de stress – neste caso, a mudança negativa na qualidade conjugal –, tais como a negação e o evitamento da realidade.

¹⁰ Tal como os resultados obtidos na Escala de Índice Único.

¹¹ Veja-se capítulo 7 deste relatório.

Assim, uma compreensão mais aprofundada quer do nível de satisfação conjugal, quer da sua natureza, exige a utilização de métodos mais qualitativos, dado que são mais sensíveis ao contexto, e permitem o acesso a uma informação mais pormenorizada sobre significações e processos.

Tendo em conta, não tanto os resultados da *EASAVIC*, mas, sobretudo, os resultados obtidos através da análise da entrevista, e, particularmente, os resultados que advêm da análise das percepções, consideramos que a satisfação é menor no grupo de risco¹². Como já antes referimos, e seguindo a aceção de Thompson (1988), a satisfação – com origem etimológica em *Facere Satis* que significa *Fazer o Bastante* – resulta de uma avaliação pessoal e subjectiva da conjugalidade. Assim, a percepção, enquanto processo cognitivo, estará, inevitavelmente, subjacente a tal avaliação.

9.1.2.2. Padrões de Qualidade Conjugal

A existência de padrões relativos à qualidade conjugal encontrados no grupo de risco e no grupo sem risco vai de encontro às hipóteses que formulámos, as quais, aliás, se basearam nos dados da literatura científica sobre o tema.

9.1.2.2.1. A Qualidade da Comunicação

A partir da revisão de literatura que realizámos, constatámos que a qualidade da comunicação surge, frequentemente, definida através da

¹² Saliente-se que se verificaram correlações positivas sobretudo moderadas da *EASAVIC* com as percepções globais positivas, e correlações negativas sobretudo moderadas com as percepções globais negativas.

quantidade da comunicação, da percepção sobre a quantidade da comunicação, da frequência de conflitos, da intensidade dos conflitos, da percepção sobre os conflitos, da eficácia de resolução e das estratégias de resolução.

No quadro 5, referimo-nos aos resultados encontrados na análise das correlações¹³.

Quadro 5
Qualidade da Comunicação (I) - Intensidade das Correlações Encontradas

Quantidade da Comunicação	///	Percepção da Comunicação
Quantidade da Comunicação	//	Percepção do Conflito
Quantidade da Comunicação	//	Qualidade da Comunicação
Percepção da Comunicação	////	Frequência de Conflitos
Percepção da Comunicação	////	Percepção de Conflitos
Percepção da Comunicação	////	Qualidade da Comunicação
Frequência de Conflitos	////	Percepção da Frequência de Conflitos
Frequência de Conflitos	////	Qualidade da Comunicação
Percepção de Conflitos	////	Qualidade da Comunicação

Verificámos, no nosso estudo, que a quantidade da comunicação, a percepção da comunicação, a frequência de conflitos e a percepção da frequência dos conflitos estão significativamente correlacionadas ($p < .01$) entre si – com excepção das variáveis quantidade de comunicação e frequência de conflitos –, e com a qualidade da comunicação.

Os problemas de comunicação – défices na quantidade de comunicação e formas destrutivas de comunicação – parecem não existir no

¹³ O sinal / refere-se a correlação significativa fraca (entre .30 e .39); o sinal // significa correlação significativa moderada (entre .40 e .49); o sinal /// indica correlação significativa elevada (entre .50 e .60); o sinal //// refere-se a correlação significativa muito elevada ($> .60$).

grupo sem risco, ao contrário do que sucede no *grupo de risco*. Neste grupo, detectaram-se, através das entrevistas, vários padrões disfuncionais de comunicação, tais como, *À Procura do Culpado* e *Queixas Cruzadas* (“Segundo ela, eu faço de mais (expressão física dos sentimentos) ... ela é mais fria do que eu nisso. Não é fria, mas é mais... mais...” , “Ele é demasiado..., tem muito espírito de iniciativa, tem muita paixão, aquela paixão que ele tem, fá-lo ser muito intenso”), *Debater a Verdade e Não Escuta* (“Mas não sei se ele percebe, não sei, ou se ele quer perceber”), *Leitura de Pensamento* (“e ela também não me quer dizer o que é, porque senão também não é espontâneo”), *Generalizações e Expansão do Problema* (“começo a reagir emocionalmente, a falar alto, ou a chamar à questão coisas que não têm nada a ver com ela”), *Queixa-Evitamento* (“ele esfria sempre aquela saída do desconversar, do acabar rapidamente com a conversa, tipo «também não me interessa, pode dar aborrecimentos, não me chateies». Claro que era a pior forma de reagir comigo, porque eu depois entro a matar, entro facilmente na parte emocional, reajo emotivamente, já não tão despoluída mentalmente, daí depois se calhar sou ineficaz”), e os Quatro Cavaleiros do Apocalipse.

No *grupo sem risco*, nunca se verifica uma quantidade¹⁴ média baixa de comunicação nas várias áreas da vida conjugal, a quantidade de comunicação verbal é associada a uma percepção positiva; nunca se registaram erros de comunicação, o que permite inferir a predominância de uma comunicação positiva e empática:

¹⁴ Verificou-se que, no global da amostra, as áreas onde se regista maior quantidade de comunicação verbal, (por comparação com o valor médio global de quantidade de comunicação; $p < .05$) são as relativas a filhos, Intimidade Emocional e Profissão; sendo que a quantidade de comunicação na área relativa a Filhos é significativamente mais elevada do que as restantes. As áreas onde se regista menor quantidade de comunicação verbal são as relativas a Família de Origem, Gestão Financeira, e Gestão Doméstica, não se registando diferenças significativas entre elas. A percepção sobre a comunicação relativamente à área gestão Doméstica é significativamente mais positiva nos homens ($p = .03$), na totalidade da amostra.

Tal padrão parece ser mais característico de casais satisfeitos do que de casais insatisfeitos (Baucom & Epstein, 1990; Cutrona, 1996; Gottman, 1998), tal como se verifica também na nossa amostra.

Quadro 6
Qualidade da Comunicação (II) – Intensidade das Correlações Encontradas

Quantidade de Comunicação	//	Percepções Globais
Percepção da Comunicação	////	Percepções Globais

O estudo correlacional que realizámos revelou correlações positivas significativas ($p < .01$), e predominantemente moderadas, entre quantidade de comunicação e percepções positivas globais (inexistência de correlação com percepção positiva do si), e correlações negativas com percepções negativas globais (excepto com percepção negativa do si); correlações positivas (muito elevadas) entre percepção da comunicação e percepções positivas globais (correlação fraca com percepção positiva do outro, e inexistência de correlação com percepção positiva do si); e correlações negativas (muito elevadas) com percepções negativas globais.

No que se refere aos conflitos, no grupo *sem risco*, parece existir um padrão – que não se verifica no grupo *de risco* – de baixa frequência de conflitos¹⁵, conflitos esses que são ligeiros, eficazmente resolvidos, e aos quais está associada uma percepção predominantemente positiva. Note-se que, embora os conflitos sejam inevitáveis e até necessários ao crescimento

¹⁵ Verificou-se que, no global da amostra, as áreas onde se regista maior frequência de conflitos (por comparação com o valor médio global de quantidade de comunicação; $p < .05$) são as relativas a Gestão Doméstica e Tempos Livres. As áreas onde se regista uma frequência mais baixa de conflitos são as relativas a Continuidade da relação, Intimidade Emocional, e Rede Social, sendo que, a frequência de conflitos nesta última é significativamente inferior à das restantes. A percepção sobre a frequência de conflitos relativamente à área gestão Doméstica é significativamente mais positiva nos homens ($p = .02$), na totalidade da amostra.

da relação, a gravidade dos conflitos parece estar associada a uma menor satisfação conjugal (Cutrona, 1996; Fletcher, Thomas & Durrant, 1999, Straasli & Markman, 1990; entre outros), bem como frequências elevadas de comunicação agressiva e crítica estão associadas a níveis mais baixos de satisfação e estabilidade (Fletcher *et al*, 1999).

Quadro 7

Qualidade da Comunicação (III) – Intensidade das Correlações Encontradas

Frequência de Conflitos	////	Percepções Globais
Percepção de Conflitos	////	Percepções Globais

Também no nosso estudo se verificaram correlações positivas (muito elevadas) entre frequência dos conflitos e percepções positivas globais (inexistência de correlação com percepção positiva do outro), e correlações negativas (muito elevadas) com percepções negativas globais; correlações positivas (muito elevadas) entre percepção dos conflitos e percepções positivas globais (inexistência de correlação com percepção positiva do outro, e correlação fraca com percepção positiva do si), e correlações negativas (muito elevadas) com percepções negativas globais.

Em ambos os grupos, a iniciativa para a resolução dos conflitos pertence maioritariamente aos homens e minoritariamente às mulheres, o que é consonante com os estudos que revelam que o homem prefere reduzir os conflitos (Gottman & Levenson, 1999; entre outros).

As reacções aos conflitos são, em ambos os grupos, diversas, incluindo não apenas reacções positivas activas (diálogo, humor, expressão de sentimentos, pedir desculpas, mudança de comportamento, acalmar o parceiro, empatia) e positivas passivas (ceder, esperar, desdramatizar, calma), mas também negativas activas (falar alto, gritar, refilar, irritação,

verbalizações agressivas, ironizar, instigar, comportamentos agressivos indirectos) e negativas passivas (amuar, evitamento, chorar). Note-se que, no entanto, em nenhum caso do *grupo sem risco* foram detectadas reacções negativas tais como violência, menosprezo, culpabilizações, conformismo, revolta interior, enquanto no *grupo de risco* se encontraram, ainda que apenas em dois casais (37/38, 57/58) culpabilizações, conformismo, menosprezo e revolta interior. Relembramos que se tem verificado que as variações nas respostas destrutivas estão substancialmente correlacionadas com a satisfação/não satisfação em casais, enquanto a variação em respostas construtivas mostram uma correlação apenas fraca com a satisfação conjugal, o que parece indicar que é mais importante evitar respostas destrutivas do que maximizar respostas construtivas (Rusbult, *et al*, 1991).

Em nenhum dos 24 casais do *grupo sem risco* se detectou a presença sistemática dos sinais de “cascata para a ruptura”, referidos por Gottman (Gottman & Silver, 2000) – Início Brutal, Quatro Cavaleiros (crítica global, menosprezo, atitude defensiva fuga), Afogamento, Linguagem Corporal alterada, Insucesso de Tentativas de Reconciliação, Más Recordações -, fortemente associados à insatisfação conjugal, e indicadores de mau prognóstico para o casamento. Note-se que particularmente as reacções negativas activas, nomeadamente o falar alto, o gritar e o refilar, surgiam, na entrevista, frequentemente associadas a aceitação e compreensão e a percepções positivas, sendo mesmo referidas com humor pelos participantes (“Eu aí perco perco as estribeiras, e eu quando me zango tenho uma característica, ou grito perdidamente e falo altíssimo ou então falo baixíssimo, mas falo à moda do Porto e meto a família inteirinha, pois o verniz estala assim muito e depois há uma coisa que me irrita solenemente é que ele não me dá troco. Ora, eu ali pronta para uma boa duma peixeirada e

ele não me dá troco eu fico possessa, possessa”; “Pronto ela bate as portas, grita, chega a dar uns murros e pronto depois passa”). Qualquer que seja o tipo de reacção, é geralmente seguida de Tentativas de Reconciliação bem sucedidas, as quais, de acordo com Gottman (Gottman & Silver), são determinantes na manutenção da qualidade e satisfação conjugal (*“e depois há sempre uma troca de olhares é logo beijinho e pronto e a gente depois, vamos lá mas mais pronto, mais tipo namorados”, “e ele veio-me trazer a aspirina, eu não quero a aspirina de ti, mas depois isto até dá piada, não nos chegamos a zangar porque eu desato-me ali a rir e ele também se desata a rir e não tenho..., não conseguimos estar zangados”).* Pensamos que apenas um estudo que envolvesse também a análise de situações interactivas permitiria uma compreensão mais clara das diferenças na reacção aos conflitos e no processo de resolução entre casais em diferentes etapas de um percurso de mudança na qualidade e na satisfação conjugal. Contudo, os resultados que obtivemos na nossa análise - indicando a presença de reacções mais positivas e mais negativas ao conflito associadas a percepções predominantemente positivas, e a ausência (ou, pelo menos, uma presença não sistemática) de sinais indicadores de “cascata para a ruptura” - leva-nos a formular as seguintes hipóteses:

1. *A percepção sobre as reacções ao conflito e sobre a sua resolução são mais determinantes para a manutenção da qualidade e da satisfação conjugal do que as reacções por si só, sejam elas mais positivas ou mais negativas;*

2. *O impacto das reacções negativas na mudança da qualidade e da satisfação conjugal varia consoante: o grau de hostilidade percebida; a presença e sucesso das tentativas de reconciliação; a eficácia de resolução dos conflitos; a percepção positiva e negativa da relação e do parceiro.*

Quadro 8
Qualidade da Comunicação (IV) – Intensidade das Correlações Encontradas

Qualidade da Comunicação	////	Percepções Globais
--------------------------	------	--------------------

A análise das correlações da qualidade da comunicação revelou correlações positivas (muito elevadas) com as percepções positivas globais (inexistência de correlação com percepção positiva do parceiro e moderada com percepção positiva do si), e correlações negativas (muito elevadas) com percepções negativas globais.

9.1.2.2.2. O Controlo Relacional – Equitatividade e Equidade

Relativamente ao *Controlo Relacional*, analisámos apenas o poder final, o qual está associado à distribuição de tarefas e à tomada de decisões (Cromwell & Olson, 1975; in Byrne & Carr, 2000).

Relativamente à distribuição de tarefas, os resultados evidenciam que, de um modo geral, no *grupo de risco*, predomina um padrão de desigualdade, o mesmo não se verificando no *grupo sem risco*.

Assim, nas tarefas domésticas, no *grupo sem risco*, cerca de 42% dos participantes referem equitatividade¹⁶ e 35% referem grande colaboração do homem, distribuindo-se os restantes participantes por moderada colaboração do homem, mínima colaboração do homem, e colaboração ausente do homem; no *grupo de risco*, apenas cerca de 7% referem equitatividade¹⁷, 35% referem grande colaboração do homem, 29% referem moderada colaboração do homem, e 29% referem mínima colaboração do homem.

¹⁶ A diferença entre equitatividade e os restantes tipos de distribuição desigual não é significativa.

¹⁷ A diferença entre equitatividade e os restantes tipos de distribuição desigual é significativa (p<.01).

Nas tarefas financeiras, no *grupo sem risco*, cerca de 39% dos participantes referem equitatividade¹⁸, 10% referem grande colaboração do homem, e 10 referem mínima colaboração do homem, distribuindo-se os restantes participantes por grande colaboração da mulher, moderada colaboração do homem, moderada colaboração da mulher, mínima colaboração da mulher, colaboração ausente do homem, e colaboração ausente da mulher. Assim, nas tarefas financeiras, predomina um padrão de desigualdade, embora a diferença entre desigualdade com mais tarefas para a mulher e desigualdade com mais tarefas para o homem não seja significativa; no *grupo de risco*, cerca de 21% dos participantes refere equitatividade¹⁹, 7% referem moderada colaboração do homem, distribuindo-se os demais igualmente por moderada colaboração da mulher, mínima colaboração do homem, mínima colaboração da mulher, e colaboração ausente da mulher. Note-se que, neste grupo, e ao contrário do *grupo de risco*, no seu total, a frequência de situações de desigualdade com mais tarefas para a mulher é inferior (43%) à frequência de situações de desigualdade com mais tarefas para o homem (21%).

Nas tarefas parentais, no *grupo sem risco*, cerca de 70% dos participantes referem equitatividade²⁰, distribuindo-se os restantes por grande colaboração do homem, moderada colaboração do homem, e moderada colaboração da mulher; no *grupo de risco*, apenas cerca de 17% referem equitatividade²¹, 50% referem grande colaboração do homem, 25%

¹⁸ A diferença entre equitatividade e os restantes tipos de distribuição desigual é significativa (p=.05).

¹⁹ A diferença entre equitatividade e os restantes tipos de distribuição desigual é significativa (p<.01).

²⁰ A diferença entre equitatividade e os restantes tipos de distribuição desigual é significativa (p=.01).

²¹ A diferença entre equitatividade e os restantes tipos de distribuição desigual é significativa (p<.01).

referem mínima colaboração do homem, e cerca de 8% referem moderada colaboração do homem.

Os dados da literatura continuam a revelar que é a organização desigual que ainda prevalece, não obstante se tender, nas últimas décadas, para uma organização mais igualitária (Gupta, 1999; Twiggs, McQuilla & Ferree, 1999; entre outros). Considerando apenas o *grupo sem risco*, a maior frequência de situações de equitatividade e de grande colaboração do homem, e, particularmente, a maior frequência de situações de equitatividade nas tarefas parentais, pode ser um indício dessa mesma tendência de mudança.

O facto de no *grupo de risco*, relativamente às tarefas financeiras, se verificar um predomínio de situações de desigualdade com maior participação dos homens - ao contrário do que sucede com o grupo sem risco - pode indicar que este grupo está mais próximo de uma organização tradicional onde as mulheres assumem principalmente responsabilidades domésticas e parentais, enquanto os homens têm a seu cargo sobretudo responsabilidades financeiras (Greenstein, 1996; Zvonkovic *et al*, 1996; entre outros).

A maior equitatividade e maior participação do homem nas tarefas, no *grupo sem risco*, o grupo onde existe uma qualidade conjugal mais positiva e maior satisfação conjugal, vai de encontro à tese de que as relações equitativas estão fortemente associadas a maior satisfação conjugal, maior compromisso pessoal, e maior intimidade (Larson, Hammond & Harper, 1998).

Convém, no entanto, lembrar que nas relações equitativas - igualdade entre os parceiros - não existe necessariamente equidade - percepção pessoal de justiça -, e que a equidade parece ser mais importante

do que a equitatividade para a manutenção da qualidade e da satisfação conjugal (Larson, Hammond & Harper, 1998; Noinski, 1988; Sternberg, 1998) entre outros). Relativamente à equidade²², como podemos verificar, é predominantemente positiva no *grupo sem risco*, em todas tarefas, enquanto no *grupo de risco* é predominantemente positiva nas tarefas financeiras e nas parentais, mas não nas tarefas domésticas. Note-se que, no *grupo sem risco*, todos os 5 participantes que revelam percepções não positivas (moderadas ou negativas), são mulheres, recaindo tais percepções sobre a menor colaboração do homem nas tarefas financeiras (3 participantes) ou domésticas (2 participantes).

Ainda em relação ao controlo relacional, e no que diz respeito à tomada de decisões, enquanto no *grupo sem risco* o processo de tomada de decisões é exclusivamente participativo e/ou consultivo, com excepção de um único casal que referiu também tomada de decisões impositivas do homem nas áreas gestão financeira e continuidade da relação (projectos), no *grupo de risco*, todos os participantes, com excepção do participante 55, referem um processo de tomada de decisões misto com inclusão de imposições – de ambos, só do homem ou só da mulher – em diversas áreas da vida conjugal. Note-se que os casais 13/14, e 57/58 são os que referem mais áreas com tomada de decisão impositiva – respectivamente, 5 e 8 áreas. Estes dois casais são também os únicos, no total da amostra, que associam percepções não positivas (moderadamente positivas ou negativas) ao processo decisional, correspondendo, portanto a uma menor equidade. Note-se que o participante 58 é aquele que revela uma percepção de injustiça mais acentuada relativamente ao processo decisional: “(decisões): Ela é que faz tudo, nessas coisas, ela é completamente ditadora. Eu tento

²² A equidade na distribuição das tarefas foi inferida através da análise da positividade ou negatividade das percepções relativamente a tal distribuição.

não ligar... se me for a preocupar... às vezes, chateia-me, “Fogo, não posso dizer-lhe nada”. A minha opinião é sempre a mais feia, pouco estética... Mas pronto, ela diz que a minha opinião é sempre feia... mas ela acaba por fazer tudo como quer...” ; “(decisões) Eu vou (sair ao fim de semana)... acabo por ir... eu cedo muito, eu acho que eu cedo muito nesta relação” ; “Às vezes, chateia-me, sim, e... também queria ter uma actividade própria. É um bocado desigual” ; “(decisões) É feito por ela, ela não me deixa tomar esse tipo de decisões. Ela conversa, mas sobre a decisão tomada” ; “Eu cedo sempre, quer dizer, nós só fazemos amor quando ela quer, basicamente...”.

Considerando, então, as percepções relativamente à distribuição de tarefas e à tomada de decisões, verifica-se que, no *grupo sem risco*, existe uma percepção predominantemente positiva de justiça, ou seja, uma equidade elevada. Poderemos, então, classificar estes casais como igualitários (Peplau, 1983; *in* Steil, 1997), uma vez que a distribuição das responsabilidades e das decisões é tendencialmente equitativa, ou como casais com papéis partilhados (Gilbert, 1985; *in* Steil, 1997); dado que, em todos os casais, ambos os cônjuges estão empregados, e, de um modo geral, ambos activamente envolvidos nas responsabilidades parentais, financeiras e domésticas.

No *grupo de risco*, poderemos classificar os casais como tendencialmente modernos (Peplau, 1983; *in* Steil, 1997) - uma vez que se verifica, em geral, uma especialização das responsabilidades de acordo com o género; e um processo decisional que inclui tomadas de decisão impositivas, mas não exclusivamente impositivas, e muito menos de dominância claramente masculina; ou, de acordo com Gilbert (1985; *in* Steil, 1997), casais tradicionais, dado que a responsabilidade doméstica é predominantemente da mulher.

Os nossos resultados são, pois, consonantes com a tese de que é nos casamentos marcados por equitatividade, e por equidade que se encontram índices mais elevados de intimidade, de compromisso pessoal, e de satisfação conjugal, e que a comunicação é mais construtiva (Larson, Hammond & Harper, 1998; Scanzoni *et al*, 1989). Também Gottman (Gottman & Silver, 2000) se refere ao facto de que as relações onde o poder é partilhado são as mais felizes e estáveis e que correm menos o risco de divórcio.

Quadro 9
O Controlo Relacional - Intensidade das Correlações Encontradas

Percepção da Distribuição de Tarefas	////	Percepção de Tomada de Decisões
Percepção da Distribuição de Tarefas	////	Equidade
Percepção da Distribuição de Tarefas	////	Percepções Globais
Percepção de Tomada de Decisões	////	Equidade
Percepção de Tomada de Decisões	////	Percepções Globais
Equidade	////	Percepções Globais

O estudo correlacional que realizámos, revela correlações positivas significativas ($p < .01$) entre percepção da distribuição de tarefas e percepção da tomada de decisões; entre percepção da distribuição de tarefas e equidade; entre percepção da tomada de decisões e equidade; correlações positivas (muito elevadas) entre percepção da distribuição de tarefas e percepções positivas globais (inexistência de correlações com percepção positiva do parceiro e percepção positiva do si), e correlações negativas (muito elevadas) com percepções negativas globais (moderada com percepção negativa do si); correlações positivas (muito elevadas) entre percepção da tomada de decisões e percepções positivas globais (excepto percepção positiva do parceiro e percepção positiva do si), e correlações

negativas (muito elevadas) com percepções negativas globais; correlações positivas (muito elevadas) entre equidade e percepções positivas globais (inexistência de correlações com percepção positiva do parceiro e com percepção positiva do si), e correlações negativas com percepções negativas globais (inexistência de correlações com percepção negativa do si).

Os nossos resultados revelam que, mesmo no grupo de risco, predomina uma percepção positiva de justiça relativamente aos contributos de cada um dos cônjuges na relação, ou seja, uma percepção de equidade. Este facto leva-nos a colocar as seguintes hipóteses:

No contexto português, e devido à interferência de factores culturais, a não equitatividade não está fortemente associada à iniquidade.

No contexto português, e devido à interferência de factores culturais, a equidade ao nível da tomada de decisões é mais determinante da manutenção da qualidade e da satisfação conjugal do que a equidade ao nível da distribuição de tarefas.

9.1.2.2.3. A Auto-Revelação/Partilha

A auto-revelação/partilha parece estar fortemente associada ao crescimento das relações, à sua qualidade e satisfação, uma vez que potencia o desenvolvimento da capacidade de proteger o parceiro e de realizar as suas necessidades, facilita a compreensão e a validação do parceiro, permite o desenvolvimento de objectivos comuns, e o sentido de “nós”, promove a reciprocidade dos sentimentos e reduz as incertezas (Chelune, Robinson & Kommor, 1984, Derlega, 1998, Fitzpatrick, 1988). Também Gottman (Silver & Gottman, 2000) se refere à importância da auto-revelação/partilha num dos Sete Princípios que, de acordo com o autor,

são característicos dos casais emocionalmente inteligentes com uma conjugalidade feliz e bem sucedida. O autor afirma que estes casais conhecem-se intimamente com grande profundidade, reservam um grande espaço para a sua vida a dois, conhecem bem o quotidiano um do outro, bem como os seus pensamentos e sentimentos a esse propósito, ou seja, enriquecem o seu “mapa de afecto”.

Os nossos resultados são consonantes com esta tese, uma vez que em todos os casais do grupo *sem risco* se verificou uma qualidade positiva da auto-revelação/partilha, ao contrário do que se constatou no grupo *de risco*, onde a análise dos dados permitiu inferir uma qualidade da auto-revelação predominantemente moderada ou negativa.

Quadro 10
Auto-Revelação/Partilha (I) - Intensidade das Correlações Encontradas

Auto-Revelação/Partilha	////	Qualidade da Comunicação
Auto-Revelação/Partilha	////	Percepção da Expressão de Sentimentos
Auto-Revelação/Partilha	////	Qualidade da Empatia
Auto-Revelação/Partilha	///	Qual. Tempos Livres Familiares e Sociais
Auto-Revelação/Partilha	///	Qual. Tempos Livres de Casal
Auto-Revelação/Partilha	////	Percepções Globais

Também o estudo correlacional nos revela correlações significativas (muito elevadas) ($p < 0.01$) entre auto-revelação/partilha e: qualidade da comunicação, percepção da expressão de sentimentos, e qualidade da empatia. Verificam-se também correlações significativas ($p < 0.01$) com a qualidade dos tempos livres familiares e sociais e com a qualidade dos tempos livres de casal, mas não com a quantidade de tempos livres.

O estudo correlacional indica ainda correlações positivas (muito elevadas) significativas ($p < .01$) entre auto-revelação e as percepções positivas globais (inexistência de correlação com percepção positiva do outro, e moderada com positiva do si), e correlações negativas (muito elevadas) com as percepções negativas globais (moderada com percepção negativa do si).

A análise comparativa entre os dois grupos, relativamente aos factores que mais influenciam a auto-revelação/partilha, permite uma compreensão mais clara das diferenças encontradas.

A qualidade da comunicação - como já referimos - é positiva no grupo sem risco, enquanto no grupo de risco não existe predominância positiva, sendo apenas moderada ou negativa. Como se sabe, são funções essenciais da comunicação, a expressão dos sentimentos de amor e de intimidade física e psicológica, e a resolução das dificuldades inerentes à partilha de uma vida quotidiana (Cohan & Bradbury, 1997; Fowers, 1998; entre outros).

Quadro 11

Auto-Revelação/Partilha (II) - Intensidade das Correlações Encontradas

Qualidade da Comunicação	////	Percepção da Expressão de Sentimentos
--------------------------	------	---------------------------------------

O estudo correlacional reforça também esta tese na medida em que revela uma correlação (muito elevada) significativa ($p < .01$) entre qualidade da comunicação e percepção da expressão de sentimentos.

A expressão de sentimentos pelo parceiro assume nos dois grupos variadas formas - verbal, física, material, ritual, acções e atitudes. Saliente-se, contudo, que na nossa amostra, encontrámos algumas

diferenças significativas entre os dois grupos que nos parecem relevantes. Assim, relativamente à expressão verbal dos sentimentos, no grupo *sem risco*, cerca de 44% dos participantes referem que é mais frequente na mulher do que no homem; 38% referem que é igual em ambos os cônjuges; 10% referem que é mais frequente nos homens do que nas mulheres; e cerca de 8% referem que é uma expressão pouco presente no casal. Assim, verifica-se que, neste grupo, a expressão verbal dos sentimentos é, comparativamente com os homens, significativamente mais característica das mulheres ou de ambos os cônjuges. No grupo *de risco*, 50% dos participantes afirmam que é mais frequente no homem; cerca de 22% afirmam que é mais frequente na mulher; 14% afirmam que é igual em ambos os cônjuges; e 14% afirmam ser uma expressão pouco presente no casal. Note-se que, neste grupo, nenhuma mulher afirma que a expressão verbal dos sentimentos é mais frequente na esposa, e que, 5 dos 7 participantes que referem que a expressão verbal é mais frequente no marido são mulheres. O facto das mulheres serem, em geral, mais sensíveis aos comportamentos relacionais, tenderem a analisar mais pormenorizadamente a relação, e suportarem menos do que os homens a insatisfação (Gordon *et al.* 1999), poderá explicar este “aparente” vazio²³ na sua expressão verbal (*“tenho mais dificuldade em mostrar aquilo que sinto, e depois, quando às vezes tenho muita vontade de dizer aquilo que sinto, lembro-me de uma data de coisas más (Risos) e depois não sou capaz, é horrível. Isto é horrível”*). Consideramos ainda relevante a associação deste “vazio” com o facto de, na análise dos padrões de vinculação, existirem fortes indícios de um padrão de vinculação Evitante, em 5 das 7 mulheres deste grupo (de acordo com a distinção de Bartholomew (1990) 4 mulheres estariam mais próximas de um

²³ A diferença relativamente à expressão verbal dos sentimentos como mais característica dos homens, entre o grupo *sem risco* (10%) e o grupo *de risco*, é uma diferença significativa.

padrão Evitante Amedrontado e 1. mulher de um padrão Evitante Desligado), o que poderá dificultar a expressão clara de sentimentos.

Relativamente à expressão física dos sentimentos, no *grupo sem risco*, cerca de 62% referem ser igual em ambos os cônjuges; 22% referem ser mais frequente no homem; e 16% referem ser mais frequente na mulher. No *grupo de risco*, 43% afirmam ser mais frequente no homem; 29% afirmam ser mais frequente na mulher; 14% afirmam ser igual em ambos os cônjuges²⁴; e 14% afirmam ser uma expressão pouco presente no casal. Como se constata, a expressão física dos sentimentos, no *grupo de risco*, é também mais frequente nos homens do que nas mulheres, sendo, então, plausível, a mesma explicação que demos para a menor frequência de expressão verbal de sentimentos nas mulheres.

Relativamente à expressão material, no grupo sem risco, a maior parte dos participantes refere maior frequência na mulher e expressão igual em ambos os cônjuges; no *grupo de risco*, a maior parte dos participantes refere maior frequência na mulher²⁵.

A expressão ritual, no *grupo sem risco*, é referida como sendo igualmente característica de ambos os cônjuges, o que não sucede no *grupo de risco*²⁶.

A expressão por acções e atitudes é referida, por ambos os grupos, como sendo igual no homem e na mulher.

²⁴ A diferença relativamente à expressão física dos sentimentos como característica de ambos os cônjuges, entre o *grupo sem risco* (63%) e o *grupo de risco* (14%) é uma diferença significativa ($p=.02$).

²⁵ A diferença relativamente à expressão material dos sentimentos como sendo igualmente característica de ambos os cônjuges, entre o *grupo sem risco* (35%) e o *grupo de risco* (0%) é significativa ($p=.02$).

²⁶ A diferença relativamente à expressão ritual como sendo igualmente característica de ambos os cônjuges, entre o *grupo sem risco* (54%) e o *grupo de risco* (14%) é significativa ($p=.01$).

A expressão ritual e a expressão material são também as expressões mais frequentemente referidas por ambos os grupos como pouco presentes no casal.

O facto de a expressão verbal, física, material, e ritual ser mais referida pelo *grupo sem risco*, comparativamente com o *grupo de risco*, como sendo igualmente característica de ambos os cônjuges, sugere maior equidade na expressão de sentimentos no *grupo sem risco*.

No que diz respeito às queixas relativas à expressão de sentimentos, constatou-se que elas são significativamente mais frequentes no *grupo de risco* do que no *grupo sem risco*.

Também a percepção sobre a expressão de sentimentos difere nos dois grupos, sendo predominantemente positiva no *grupo sem risco* (apenas 1 participante revela uma percepção moderada), e sem predominância positiva no *grupo de risco* (10 participantes revelam percepções moderadas e negativas).

Relembramos que a expressão de sentimentos está fortemente associada à satisfação conjugal, sendo um dos factores referidos como fundamentais em estudos realizados com casais satisfeitos em casamentos de longa duração (Branden, 1988; Osgarby & Halford, 1996; *in* Noller, Beach & Osgarby, 1997).

Quadro 12

Auto-Revelação/Partilha (III) – Intensidade das Correlações Encontradas

Percepção da Expressão de Sentimentos	////	Percepções Positivas Globais
---------------------------------------	------	------------------------------

Também no nosso estudo, se encontram correlações positivas (muito elevadas) significativas ($p < .01$) entre percepção da expressão de

sentimentos e percepções positivas globais (inexistência de correlação com percepção positiva do parceiro, e moderada com percepção positiva do si), e correlações negativas (muito elevadas) com percepções negativas globais (moderada com percepção negativa do si).

A empatia é também essencial na auto-revelação/partilha, uma vez que sem ela não é possível a escuta activa, a sensibilidade aos sinais verbais e não verbais que revelam sentimentos e desejos do parceiro, a sua compreensão, validação e aceitação (Cutrona, 1996; Goleman, 1997; Hattfield, 1993; McCullough *et al*/1998; entre outros). Gottman (Gottman & Silver, 2000) salienta a importância da empatia, utilizando a metáfora de “conta bancária” para explicar que os cônjuges satisfeitos acumulam experiências emocionais positivas com o parceiro – baseadas na empatia mútua –, as quais diminuem o impacto dos comportamentos negativos.

Também neste aspecto, os resultados encontrados revelam diferenças relevantes entre os dois grupos: no grupo *sem risco*, é possível inferir uma forte empatia mútua, enquanto no grupo *de risco*, a empatia parece ser apenas moderada ou fraca.

Quadro 13
Auto-Revelação/Partilha (IV) – Intensidade das Correlações Encontradas

Qualidade da Empatia	////	Qualidade da Comunicação
Qualidade da Empatia	////	Percepção da Expressão de Sentimentos
Qualidade da Empatia	////	Percepções Globais

O estudo correlacional revela correlações (muito elevadas) significativas ($p < .01$) da qualidade da empatia com qualidade da comunicação, e com percepção da expressão de sentimentos; correlações positivas (muito elevadas) significativas ($p < .01$) com as percepções positivas globais

(inexistência de correlação com percepção positiva do parceiro, e fraca com percepção positiva do si); e correlações negativas (muito elevadas) com percepções negativas globais (moderada percepção negativa do si).

Os tempos livres familiares, sociais e os exclusivos de casal – e em particular estes últimos – são também cruciais para a auto-revelação/partilha, uma vez que se referem a espaços e tempos que permitem o maior envolvimento do casal um com o outro, ou de ambos com outros, sendo um dos factores referidos como fundamentais em estudos realizados com casais satisfeitos em casamentos de longa duração (Branden, 1988; Osgarby & Halford, 1996; *in* Noller, Beach & Osgarby, 1997).

No nosso estudo, constata-se, de um modo geral, e em ambos os grupos um grande descontentamento com a quantidade de tempos livres familiares, sociais e de casal, sendo a falta de tempos livres atribuída, regra geral, a circunstâncias externas à relação – profissão, obrigações domésticas, finanças, etc. Verifica-se, contudo, que o descontentamento relativamente à quantidade de tempos livres exclusivos do casal é mais acentuado no *grupo de risco*, sendo que nenhum participante deste grupo revelou uma percepção positiva ($p=.02$).

Quadro 14
Auto-Revelação/Partilha (V) – Intensidade das Correlações Encontradas

Quant. Tempos Livres Familiares e Sociais	////	Quant. Tempos Livres Casal
Quant. Tempos Livres Familiares e Sociais	/	Similitude
Quant. Tempos Livres Casal	/	Percepção da Frequência de Conflitos

O estudo correlacional indica que a percepção sobre a quantidade de tempos livres familiares e sociais e a percepção sobre a quantidade de tempos livres de casal apenas se correlacionam significativamente entre si. Pensamos ser pertinente salientar que, no conjunto de todas as variáveis consideradas, apenas se verifica uma correlação fraca entre quantidade de tempos livres de casal e percepção da frequência de conflitos na área tempos livres, e uma correlação fraca entre quantidade de tempos livres familiares e sociais e similitude, não existindo qualquer correlação com as demais variáveis, inclusive com as percepções globais. Este facto sugere que a percepção sobre a quantidade de tempos livres é pouco relevante para a qualidade conjugal, e para a satisfação conjugal, provavelmente, porque a quantidade de tempos livres depende mais de circunstâncias externas à relação do que da dinâmica relacional do casal. No entanto, e face aos resultados que encontramos na análise qualitativa - os quais revelam um maior descontentamento do *grupo de risco* com a quantidade de tempos livres, particularmente com a quantidade de tempos livres exclusivos do casal -, colocamos a seguinte hipótese:

1. A quantidade de tempos livres e a percepção sobre a quantidade de tempos livres está mais associada a percepções menos positivas e mais negativas da relação e do parceiro em casais insatisfeitos.

Isto porque, nestes casais, se verifica uma maior tendência para um processo atribucional que acentua o impacto dos acontecimentos negativos (Bardbury & Fincham, 1990; entre outros), o que debilita a percepção positiva da relação e do parceiro, e, consequentemente, a satisfação.

Relativamente à qualidade dos tempos livres, no *grupo sem risco*, apenas um casal se revelou descontente, enquanto no *grupo de risco*, predomina o descontentamento com a qualidade dos tempos livres familiares

e sociais, e cerca de um terço dos participantes se afirma também descontente com a qualidade dos tempos livres exclusivos do casal, sendo significativas as diferenças entre os dois grupos.

Quadro 15
Auto-Revelação/Partilha (VI) - Intensidade das Correlações Encontradas

Qual. Tempos Livres Familiares e Sociais	///	Qualidade da Comunicação
Qual. Tempos Livres Familiares e Sociais	///	Qualidade da Empatia
Qual. Tempos Livres Familiares e Sociais	///	Respeito pela Privacidade
Qual. Tempos Livres Familiares e Sociais	///	Frequência de Relações Sexuais
Qual. Tempos Livres Familiares e Sociais	///	Evolução da Sexualidade
Qual. Tempos Livres Familiares e Sociais	///	Ajustamento
Qual. Tempos Livres Familiares e Sociais	///	Auto-Revelação/Partilha
Qual. Tempos Livres Familiares e Sociais	///	Apoio Emocional
Qual. Tempos Livres Familiares e Sociais	///	Confiança
Qual. Tempos Livres Familiares e Sociais	///	Mutualidade
Qual. Tempos Livres Familiares e Sociais	///	Interdependência
Qual. Tempos Livres Familiares e Sociais	///	Intimidade
Qual. Tempos Livres Familiares e Sociais	///	Percepções Globais
Qual. Tempos Livres Familiares e Sociais	//	Percepção Expressão de Sentimentos
Qual. Tempos Livres Familiares e Sociais	//	Identidade Conjugal
Qual. Tempos Livres Familiares e Sociais	//	Equidade
Qual. Tempos Livres Familiares e Sociais	//	Expectativas
Qual. Tempos Livres Familiares e Sociais	//	Similitude
Qual. Tempos Livres Familiares e Sociais	/	Qualidade da Sexualidade

Quadro 16
Auto-Revelação/Partilha (VII) - Intensidade das Correlações Encontradas

Qual. Tempos Livres Casal	///	Qualidade da Comunicação
Qual. Tempos Livres Casal	///	Equidade
Qual. Tempos Livres Casal	///	Respeito pela Privacidade
Qual. Tempos Livres Casal	///	Ajustamento
Qual. Tempos Livres Casal	///	Auto-Revelação/Partilha
Qual. Tempos Livres Casal	///	Mutualidade
Qual. Tempos Livres Casal	///	Interdependência
Qual. Tempos Livres Casal	///	Intimidade
Qual. Tempos Livres Casal	//	Percepção de Sentimentos
Qual. Tempos Livres Casal	//	Empatia
Qual. Tempos Livres Casal	//	Similitude
Qual. Tempos Livres Casal	//	Apoio Emocional
Qual. Tempos Livres Casal	//	Confiança
Qual. Tempos Livres Casal	/	Percepção da Expressão de Sentimentos
Qual. Tempos Livres Casal	/	Identidade Conjugal
Qual. Tempos Livres Casal	/	Qualidade da Sexualidade
Qual. Tempos Livres Casal	/	Compromisso

Verificámos existirem correlações significativas ($p < .01$) entre a percepção sobre a qualidade dos tempos livres, a percepção da expressão de sentimentos, a empatia e a qualidade da comunicação (sendo mais elevadas com estas duas últimas do que com a primeira). A percepção sobre a qualidade dos tempos livres está também significativamente ($p < .01$) correlacionada (correlações positiva) com as percepções positivas globais (inexistência de correlações com percepção positiva do parceiro e com percepção positiva do si), e com (correlações negativas) as percepções negativas globais (inexistência de correlação com percepção negativa do si, e fraca com percepção negativa do parceiro).

A percepção sobre a qualidade dos tempos livres parece, pois, estar mais associada à qualidade da relação conjugal, e à satisfação conjugal do que a percepção sobre a quantidade de tempos livres. Pensamos que, ao contrário do que sucede com a quantidade de tempos livres, neste caso, a dinâmica relacional tem maior influência na qualidade dos tempos livres. Contudo, saliente-se que muitas das correlações são fracas ou moderadas, verificando-se correlações mais elevadas entre *percepção da qualidade de tempos livres familiares e sociais* e: intimidade, mutualidade, interdependência, apoio emocional, auto-revelação/partilha, qualidade da comunicação, ajustamento, evolução da sexualidade, frequência da sexualidade, respeito pela privacidade, qualidade da empatia, percepção da frequência de conflitos (particularmente no que se refere às áreas relativas aos tempos livres e privacidade/autonomia), e percepção da comunicação na área relativa à privacidade/autonomia); entre *percepção sobre a qualidade dos tempos livres exclusivos do casal* e: intimidade, mutualidade, interdependência, auto-revelação/partilha, qualidade da comunicação, ajustamento, respeito pela privacidade, equidade, qualidade da comunicação, percepção dos conflitos, e percepção da quantidade de comunicação em tempos livres e em privacidade/autonomia.

Estes resultados revelam uma maior associação entre a percepção sobre a qualidade dos tempos livres e variáveis da qualidade conjugal onde interferem predominantemente processos afectivos e cognitivos, e uma menor associação com variáveis onde interferem sobretudo processos operativos. Assim, e também em conformidade com os resultados da análise qualitativa, sugerimos a seguinte hipótese:

1. *Quanto menor a satisfação relacional afectiva, e a satisfação conjugal global, menos positiva a percepção sobre a qualidade dos tempos livres.*

9.1.2.2.4. O Apoio Emocional

O apoio emocional – que inclui o sentir-se amado, compreendido, valorizado, protegido – é uma das principais fontes de bem estar psicológico e de saúde física.

Vários estudos têm demonstrado que o apoio emocional está fortemente associado à qualidade e à satisfação conjugal, dado o leito de afectividade positiva sobre o qual corre a conjugalidade, sendo a falta de apoio frequentemente referida como uma das principais fontes de insatisfação e ruptura conjugal. (Acitelli & Antonucci, 1994, Pasch & Bradbury, 1998; Reis, 1990; entre outros). A este propósito, Gottman defende que manter vivas a ternura e a estima recíprocas, e a atenção quotidiana ao parceiro é essencial para a felicidade e sucesso da conjugalidade. De acordo com o autor, uma das formas mais apuradas de se avaliar tal estima e ternura, é ouvir os cônjuges falar sobre a sua história relacional passada: uma percepção positiva da sua história é um forte indício da presença de estima e ternura recíprocas. (Gottman & Silver, 2000).

Factores fundamentais no apoio emocional são, pois, a qualidade da comunicação e a empatia – cuja importância já desenvolvemos anteriormente – e, ainda, a identidade de casal, dado que aquele exige, tal como refere Nowinski (1988, p.40), *“um profundo sentido de envolvimento, um sentido de ligação, um sentido de junção de almas”*.

Os nossos resultados são consonantes com a tese que associa apoio emocional a qualidade e satisfação conjugal. Assim, no *grupo sem risco*, os resultados permitem inferir um elevado apoio emocional – dada a qualidade positiva da comunicação, a forte empatia, e uma elevada identidade conjugal. No *grupo de risco*, o apoio emocional revela-se, com uma única excepção, moderado ou fraco, uma vez que a qualidade da comunicação é

predominantemente moderada ou negativa, a empatia é, em todos os casos, moderada ou negativa, e a identidade conjugal é, na maioria dos casais, moderada ou negativa. Note-se que a percepção de apoio é fortemente influenciada pelas percepções globais da relação, pelas percepções globais sobre o apoio recebido na relação, pela consonância entre os padrões ou crenças relativamente a que tipo de apoio o parceiro deveria dar, e o apoio recebido, e pelas atribuições ao apoio recebido (Carels e Baucom, 1999). Se considerarmos que, neste grupo, de um modo geral, predomina uma proporção de percepções negativas sobre as percepções positivas, poderemos compreender a não predominância de positividade na percepção da qualidade do apoio emocional.

Quadro 17

Apoio Emocional (I) – Intensidade das Correlações Encontradas

Qualidade da comunicação	////	Qualidade da Empatia
Qualidade da comunicação	////	Identidade Conjugal
Qualidade da comunicação	////	Apoio Emocional
Qualidade da Empatia	////	Identidade Conjugal
Qualidade da Empatia	////	Apoio Emocional
Identidade Conjugal	////	Apoio Emocional
Identidade Conjugal	////	Percepções Globais
Apoio Emocional	////	Percepções Globais

O estudo correlacional indica correlações (muito elevadas) significativas ($p < .01$) entre qualidade de comunicação, qualidade da empatia e identidade conjugal, entre estas variáveis e apoio emocional; correlações positivas (muito elevadas) entre identidade conjugal e percepções positivas globais (inexistência de correlação com percepção positiva do parceiro, e fraca com percepção positiva do si), e correlações negativas (muito elevadas) com percepções negativas globais (inexistência de correlação com

percepção negativa do si); correlações positivas (muito elevadas) entre apoio emocional e percepções positivas globais (inexistência de correlação com percepção positiva do parceiro), e correlações negativas (muito elevadas) com percepções negativas globais (fraca com percepção negativa do si)²⁷.

Saliente-se, ainda, que, em ambos os grupos, a maioria dos participantes refere que a necessidade de apoio é igual em ambos os cônjuges. Contudo, a percentagem de participantes que afirmam ser a mulher quem mais necessita de apoio é tendencialmente maior ($p=.07$) no *grupo sem risco*, enquanto a percentagem de participantes que afirmam ser o homem quem mais necessita de apoio é significativamente maior ($p=.02$) no *grupo de risco*.

Relativamente ao apoio prestado, em ambos os grupos, a maioria dos participantes refere que ambos os cônjuges prestam igualmente apoio, embora a percentagem de participantes que o afirma seja significativamente maior ($p=.03$) no *grupo sem risco*. No *grupo sem risco*, a percentagem de participantes que afirmam ser o homem quem presta mais apoio é tendencialmente superior à percentagem de participantes que referem ser a mulher quem presta mais apoio ($p=.06$).

Assim, no *grupo sem risco*, parece existir uma maior equidade no apoio prestado: são as mulheres quem mais necessita de apoio; e são os homens quem mais dá apoio. No *grupo de risco*, verifica-se que são os homens quem mais necessita de apoio; e, simultaneamente, são os homens quem mais dá apoio. Esta “distribuição” da necessidade de apoio vs. apoio

²⁷ As correlações da qualidade da comunicação e da qualidade da empatia com as percepções globais foram já referidas anteriormente.

prestado parece indiciar uma situação de menor equidade - no sentido de justiça entre o que se dá e o que se recebe - desfavorável aos homens:

O facto de, em ambos os grupos, os homens serem percepcionados como mais apoiantes do que as mulheres não se enquadra nos resultados que têm sido encontrados em investigações realizadas, os quais indicam que homens e mulheres percepcionam as mulheres como mais apoiantes do que os homens, e que, embora sejam as mulheres quem mais procura apoio, são também elas quem mais dá apoio (Bray & Harvey, 1992; Kunkel & Burleson, 1998; entre outros). Saliente-se, contudo, que tais estudos não se realizaram especificamente com casais em situação de satisfação conjugal.

9.1.2.2.5. Confiança

A confiança é também essencial para a manutenção da qualidade e da satisfação conjugal, uma vez que indicia uma percepção positiva do parceiro e da relação, e expectativas positivas relativamente ao futuro da relação (Nowinski, 1988; Sorrentino, Holmes & Sharp, 1995, Wieselquist, Rusbult, Foster & Agnew, 1999; entre outros).

Na análise da confiança considerámos, sobretudo, a qualidade da auto-revelação/partilha, as expectativas de eficácia relacional, e as percepções globais - positivas e negativas - da relação e do parceiro, dado que são considerados factores reveladores de confiança (Sorrentino, Holmes & Sharp, 1995, Wieselquist, Rusbult, Foster & Agnew, 1999; entre outros).

Os nossos resultados são consonantes com os dados da literatura, uma vez que encontrámos um padrão de confiança elevada no grupo sem

risco, enquanto no *grupo de risco* a confiança é, em geral, moderada ou negativa.

Quadro 18

Confiança (I) - Intensidade das Correlações Encontradas

Confiança	////	Percepções Globais
-----------	------	--------------------

Também o estudo correlacional revela correlações positivas (muito elevadas) significativas ($p < .01$) entre confiança e percepções positivas globais (correlação fraca com percepção positiva do outro, e moderada com percepção positiva do si), e correlações negativas (muito elevadas) com as percepções negativas globais (correlação fraca com percepção negativa do si).

No *grupo sem risco*, como descrevemos anteriormente, verifica-se um padrão de elevada auto-revelação/partilha, e um padrão de proporção de percepções positivas sobre a relação, e sobre o parceiro e relação superior às percepções negativas. Também as expectativas de eficácia relacional são, em todos os casais, positivas. Como já referimos, as expectativas de eficácia relacional constituem um processo adaptativo que facilita uma boa gestão das relações, sendo, pois, cruciais para a resolução de conflitos e problemas conjugais, e estão positivamente correlacionadas com a satisfação conjugal (Baucom & Epstein, 1990; Noller, Beach & Osgarby, 1997).

No *grupo de risco*, a qualidade da auto-revelação/partilha é apenas moderada, e a proporção de percepções positivas sobre a relação e sobre o parceiro e relação é, de um modo geral, inferior às percepções negativas. Relativamente às expectativas não se encontrou uma predominância de expectativas positivas. No entanto, saliente-se que nenhum dos

participantes deste grupo revelou expectativas exclusivamente negativas. Este facto pode ser uma das principais “fontes de força” destes casais, uma vez que limita o desenvolvimento de respostas de resignação aprendida, e, conseqüentemente, limita o enfraquecimento do compromisso pessoal na relação.

Quadro 19

Confiança (II) - Intensidade das Correlações Encontradas

Expectativas	////	Auto-Revelação/Partilha
Expectativas	////	Qualidade da Comunicação
Expectativas	////	Qualidade da Empatia
Expectativas	////	Percepção da Expressão de Sentimentos
Expectativas	////	Confiança
Expectativas	////	Percepções Globais

No que se refere às expectativas, o estudo correlacional revelou correlações (muito elevadas) com auto-revelação/partilha (e com qualidade da comunicação, qualidade da empatia e percepção da expressão de sentimentos) e com confiança; correlações (muito elevadas) positivas significativas ($p < 0,01$) com percepções positivas globais (inexistência de correlações com percepção positiva do parceiro, e com percepção positiva do si), e correlações (muito elevadas) negativas com percepções negativas globais (correlação fraca com percepção negativa do si).

Considerámos também, ainda que com menor relevância, os resultados obtidos nas dimensões do QVA, uma vez que todas as dimensões poderiam constituir indícios da confiança no parceiro: a confiança, por avaliar as percepções relativas à responsividade e à sensibilidade do parceiro para satisfazer as necessidades do inquirido; a dependência, por avaliar também a necessidade de proximidade física e emocional; o

evitamento, por revelar o papel secundário do companheiro na realização de necessidades de vinculação; e a ambivalência por espelhar dúvidas quanto ao papel do parceiro como figura amorosa. Contudo, não considerámos tão relevantes estes índices quanto os demais por várias razões: terem a sua origem num método de recolha diferente – quantitativo; por se tratar de uma escala cuja aplicação se destinava a uma amostra com características muito diferentes da nossa – adolescentes e jovens adultos solteiros; e por se tratar de uma escala ainda em estudo.

O cálculo das médias de cada uma das dimensões, em cada um dos grupos, permitiu constatar que, comparativamente com o *grupo de risco*, o *grupo sem risco* revela, tendencialmente, maior dependência, menor evitamento, e menor ambiguidade, o que é consonante com os resultados anteriormente descritos.

Note-se, contudo, que o estudo correlacional revela, de um modo geral, poucas correlações, e fracas, entre as dimensões do *QVA* e as demais variáveis consideradas no nosso estudo. As correlações com a confiança são fracas, e restringem-se às dimensões confiança e dependência; as correlações destas dimensões com as percepções globais são também fracas, e limitam-se à dimensão ambivalência.

9.1.2.2.6. Mutualidade

A mutualidade pode traduzir-se por um envolvimento comum numa história de vida, implicando, pois, o desenvolvimento de uma realidade relacional partilhada – um sentido de “nós” – sendo considerada um dos processos mais importantes para a qualidade e satisfação conjugal (Acitelli, 1996; Genero, Miller, Surrey, Y. Baldwin, 1992; Solomon, 1990; entre outros).

Deste modo, avaliámos a mutualidade através da análise da identidade de casal, do ajustamento, da similitude, da equidade e da auto-revelação.

Quadro 20
Mutualidade (I)- Intensidade das Correlações Encontradas

Mutualidade	////	Identidade Conjugal
Mutualidade	////	Ajustamento
Mutualidade	////	Auto-Revelação
Mutualidade	////	Qualidade da Comunicação
Mutualidade	////	Qualidade da Empatia
Mutualidade	////	Percepção da Expressão de Sentimentos
Mutualidade	////	Equidade
Mutualidade	////	Similitude
Mutualidade	////	Percepções Globais

O estudo correlacional revela correlações (muito elevadas) significativas ($p < .01$) de mutualidade com identidade conjugal, ajustamento, e com auto-revelação (e qualidade da comunicação, qualidade da empatia, e percepção da expressão de sentimentos); correlações (muito elevadas, embora menores que as anteriores) com equidade, e similitude; correlações positivas (muito elevadas) com percepções positivas globais (fraca com percepção positiva do parceiro e moderada com percepção positiva do si) e correlações negativas (muito elevadas) com percepções negativas globais (moderada com percepção negativa do si).

Como já anteriormente referimos, verificou-se que, no grupo *sem risco*, uma qualidade positiva da auto-revelação/partilha, uma elevada identidade de casal, e uma qualidade predominantemente positiva da equidade, enquanto no grupo *sem risco*, se encontrou uma qualidade predominantemente moderada ou negativa da auto-revelação, uma

identidade conjugal predominantemente moderada ou fraca, e uma qualidade da equidade positiva ou moderada.

A auto-revelação/partilha é fundamental na avaliação da mutualidade, uma vez que é reveladora do conhecimento mútuo do casal, e da sua capacidade de, tal como afirma Gottman (Gottman & Silver, 2000), enriquecerem o seu mapa afectivo, o que facilita a resolução de conflitos e problemas com que o casal se depara na vida quotidiana.

Quadro 21
Mutualidade (II)- Intensidade das Correlações Encontradas

Identidade Conjugal	////	Auto-Revelação/Partilha
Identidade Conjugal	////	Qualidade da Comunicação
Identidade Conjugal	////	Qualidade da Empatia
Identidade Conjugal	////	Percepção da Expressão de Sentimentos

Também, neste caso, o estudo correlacional corrobora esta tese, dado que a correlações da identidade de casal com auto-revelação/partilha (e com qualidade da comunicação, qualidade da empatia, e percepção da expressão de sentimentos) são muito elevadas.

A iniquidade enfraquece a mutualidade, uma vez que, para além de debilitar a auto-revelação/partilha - “(...) as pessoas hesitarão em ser completamente abertas com alguém que percebem como tendo controlo sobre elas (...)” (Nowinski, 1988, p.39) -, um dos cônjuges é desvalorizado, enquanto as necessidades e experiências do parceiro são privilegiadas, o que, com o tempo, é gerador de mágoas e ressentimentos, e, consequentemente, de diminuição da satisfação.

Quadro 22
Mutualidade (III) – Intensidade das Correlações Encontradas

Equidade	/	Identidade Conjugal
Equidade	//	Percepção da Expressão de Sentimentos
Equidade	///	Auto-Revelação/Partilha
Equidade	///	Qualidade da Comunicação
Equidade	////	Qualidade da Empatia

Também, aqui, o estudo correlacional revela que a equidade se encontra associada à identidade de casal, à auto-revelação (e à qualidade da comunicação, à percepção da expressão de sentimentos, e à qualidade da empatia), e à mutualidade. Contudo, a correlação com a identidade de casal é fraca, e a correlação com a percepção da expressão de sentimentos é moderada, podendo considerar-se elevadas as restantes.

O facto das correlações com a equidade não serem muito elevadas não nos parece consonante com os dados da literatura que, como já referimos, consideram a equidade fundamental para a mutualidade. Pensamos que tal se pode explicar por, no nosso trabalho, a equidade ser associada apenas a uma percepção de justiça relativamente à distribuição de tarefas e ao processo de tomada de decisões. Esta associação decorreu da ligação entre mutualidade e poder (Kayser, 1993; Larson, Hammond & Harper, 1998; Nowinski, 1988; entre outros), e, por sua vez, da ligação entre poder e distribuição de tarefas e processo decisional (Cromwell & Olson, 1975; in Zietlow & Vanlear, 1991; Steil, 1997). Contudo, pensamos ser uma associação limitada, uma vez que, no contexto relacional, a percepção de justiça entre o que se dá e o que se recebe (Clark & Reis, 1988), vai muito para além da distribuição de tarefas e das tomadas de decisão.

A identidade de casal, o sentido de “nós”, ou o “absoluto de casal” (Caillé, 1991), implica inevitavelmente o confronto entre o “ser com o outro” e o “ser individual”. Assim, torna-se importante considerar as semelhanças e diferenças entre os cônjuges, e o ajustamento, enquanto capacidade mútua de aceitação das diferenças e de resolução de conflitos e de problemas – mais ou menos ligeiros – cuja origem reside fundamentalmente em diferentes filosofias de vida.

Quadro 23
Mutualidade (IV) – Intensidade das Correlações Encontradas

Identidade Conjugal	////	Ajustamento
Identidade Conjugal	//	Similitude

O estudo correlacional revela uma correlação muito elevada entre identidade conjugal e ajustamento, mas a correlação com a similitude é apenas moderada. A nossa avaliação da similitude baseou-se não só nas semelhanças e diferenças entre os cônjuges, referidas explicitamente pelos participantes, mas sobretudo no nível de concordância e de semelhança entre marido e esposa, observada nas respostas à entrevista. Assim, pensamos que esta correlação menos elevada se pode atribuir ao facto de, geralmente, existirem baixos níveis de acordo entre os cônjuges relativamente à ocorrência de comportamentos e acontecimentos, embora o nível de concordância tenda a aumentar nos casais satisfeitos (Acitelli, 1996; Baucom & Epstein, 1990; Baucom, Epstein, Sayers & Sher, 1989; entre outros).

Os casais satisfeitos tendem, pois, a ser mais semelhantes e a perceber mais semelhanças entre si do que casais menos satisfeitos (Fletcher & Lange, 1997; Hojjat, 1997; Whisman, 1997; entre outros). As semelhanças percebidas parecem ser mais importantes para o bem estar

conjugal do que as semelhanças reais, de tal modo que, frequentemente, os cônjuges distorcem as opiniões dos parceiros de modo a aumentar a consensualidade (Acitelli *et al.*, 1993; Acitelli, 1996; entre outros). Heller e Wood (1998) verificaram que uma relação é tanto mais íntima, quanto mais os cônjuges partilham sentimentos semelhantes de intimidade.

Os nossos resultados são consonantes com os dados da literatura sobre o tema, uma vez que verificámos, no *grupo sem risco*, uma similitude predominantemente elevada, e um ajustamento predominantemente fácil, enquanto no *grupo de risco*, a similitude é predominantemente baixa, e o ajustamento moderado ou difícil.

Também na própria análise dos dados, se constatou uma maior sintonia - concordância entre as respostas dadas - no *grupo sem risco* do que no *grupo de risco*, o que é consonante com o que acima afirmámos a propósito dos níveis de concordância entre os cônjuges.

Quadro 24

Mutualidade (V) - Intensidade das Correlações Encontradas

Similitude	////	Ajustamento
Similitude	////	Percepções Globais
Ajustamento	////	Percepções Globais

O estudo correlacional revela também correlações (muito elevadas) significativas ($p < .01$) entre similitude e ajustamento; correlações (muito elevadas) positivas da similitude com as percepções positivas globais (inexistência de correlação com percepção positiva do parceiro e com percepção positiva do si), e correlações negativas (muito elevadas) com percepções negativas globais (moderada com percepção negativa do si e percepção negativa do parceiro); correlações positivas (muito elevadas)

entre ajustamento e percepções positivas globais (inexistência de correlação com percepção positiva do parceiro), e correlações negativas (muito elevadas) com percepções negativas globais (moderadas com percepção positiva do parceiro, e percepção positiva do si).

9.1.2.2.7. Interdependência

A interdependência - ou interindependência (Pina Prata, 1980) - é definida como a dependência mútua relativamente ao apoio, recursos, compreensão e acções num quadro de fronteiras nítidas entre os cônjuges (Chelune, Robinson & Kommor, 1984, Minuchin, 1981), o que significa que, a sua avaliação, implica também a análise do equilíbrio entre pertença e autonomia, uma vez que quer uma, quer outra são necessárias para a qualidade conjugal (Baucom & Epstein, 1997).

Assim, na avaliação da interdependência, considerámos o apoio emocional, a mutualidade, o respeito pela privacidade, a necessidade de privacidade e a privacidade real, a qualidade e a quantidade de tempos livres. Considerámos, ainda, a referência a ciúmes, e os resultados obtidos nas dimensões dependência e evitamento do QVA.

Quadro 25
Interdependência (I)- Intensidade das Correlações Encontradas

Interdependência	////	Apoio Emocional
Interdependência	////	Mutualidade
Interdependência	////	Respeito pela Privacidade
Interdependência	/	Qual. Tempos Livres Individuais
Apoio Emocional	////	Mutualidade
Respeito pela Privacidade	////	Mutualidade
Respeito pela Privacidade	///	Apoio Emocional

O estudo correlacional revela correlações (muito elevadas) significativas ($p < .01$) da interdependência com o apoio emocional, a mutualidade, e o respeito pela privacidade. Apenas com a percepção sobre a qualidade de tempos livres individuais, a correlação é fraca; e com a percepção sobre a quantidade de tempos livres individuais não existe correlação; correlações (muito elevadas) entre apoio emocional e mutualidade, como já referimos; correlações (predominantemente muito elevadas) entre respeito pela privacidade, apoio emocional, e mutualidade (e com as respectivas subvariáveis).

Os nossos resultados indicam, no *grupo sem risco*, uma qualidade predominantemente positiva da interdependência, enquanto no *grupo de risco* se verifica uma qualidade sobretudo moderada ou negativa.

Quadro 26

Interdependência (II) – Intensidade das Correlações Encontradas

Interdependência	////	Percepções Globais
------------------	------	--------------------

O estudo correlacional revela correlações (muito elevadas) positivas significativas ($p < .01$) entre interdependência e percepções globais positivas (fraca com percepção positiva do parceiro, e moderada com percepção positiva do si), e correlações negativas (muito elevadas) com percepções globais negativas (moderadas com percepção negativa do si).

Referimos já que, no *grupo sem risco*, se encontra um padrão de qualidade positiva, quer no apoio emocional, quer na mutualidade, enquanto no *grupo de risco* tal qualidade é sobretudo moderada ou negativa.

Enquanto no *grupo sem risco* se constatou um padrão predominante de elevado respeito pela privacidade, verificou-se que, no *grupo de risco*, a percepção relativa ao respeito pela privacidade varia sobretudo entre moderada e positiva.

Na análise da necessidade de privacidade, verificou-se que, no *grupo sem risco*, uma maioria significativa dos participantes ($p<.01$) refere que tal necessidade é igual em ambos os cônjuges, e uma minoria refere que a necessidade de privacidade é maior na mulher. No *grupo de risco*, a maioria afirma que a necessidade de privacidade é maior nos homens²⁸; 31% afirmam que a necessidade é maior na mulher, e 15% referem que a necessidade é igual em ambos os cônjuges.

Relativamente à privacidade real, no *grupo sem risco*, uma maioria significativa ($p<.05$) dos participantes refere que a privacidade é igual em ambos os cônjuges – o que constitui uma diferença significativa em relação ao *grupo de risco* ($p=.02$) –, e uma minoria afirma que as mulheres usufruem de mais privacidade do que os homens – o que constitui uma diferença significativa em relação ao grupo de risco ($p<.01$). No *grupo de risco*, não se verificam diferenças significativas no que diz respeito às referências sobre quem usufrui de maior privacidade.

Relembramos, a este propósito, que num estudo realizado por Feeney (1999), se verificou que os homens se sentiam mais satisfeitos quando nem eles nem as parceiras referiam diferentes necessidades ao nível da proximidade-distância. Quando as mulheres desejavam mais proximidade do que os homens, encontrava-se uma correlação negativa com a satisfação dos homens; contudo, quando os homens desejavam mais proximidade do que as mulheres, não se encontravam correlações com a satisfação em nenhum dos sexos. Assim, os nossos resultados parecem consonantes com esta tese, uma vez que, é no grupo de casais que revelam maior qualidade e satisfação conjugal, que a maior parte dos participantes –

²⁸ Diferença significativa ($p=.05$) entre a percentagem dos que afirmam que a necessidade é maior nos homens e a percentagem dos que afirmam que a necessidade de privacidade é igual em ambos os cônjuges.

homens e mulheres – refere igual necessidade de privacidade no casal, e apenas uma percentagem muito reduzida (correspondendo a três mulheres e 1 homem desemparelhados, sendo que os maridos destas mulheres referem que a necessidade é igual no casal, e a esposa deste homem refere que a necessidade é maior no marido) refere que é a mulher quem necessita mais de privacidade.

No que diz respeito à quantidade de tempos livres individuais, enquanto no *grupo sem risco* se verifica uma percepção predominantemente positiva, no *grupo de risco*, a percepção relativa à quantidade de tempos livres individuais é predominantemente negativa, o que sugere, neste grupo, comparativamente com o *grupo sem risco*, uma necessidade mais acentuada de maior privacidade e autonomia.

Os resultados referentes às dimensões Dependência e Evitamento do QVA sugerem, no *grupo sem risco*, comparativamente com o *grupo de risco*, uma tendência para uma maior dependência e um menor evitamento dos homens, o que sugere uma maior proximidade entre os cônjuges.

Enquadrado na interdependência, analisámos também os padrões de vinculação amorosa em cada participante, os quais, de acordo com Bartholomew (1990), devem apenas considerar-se predominantes, uma vez que não é possível, geralmente, classificar um indivíduo num único padrão. Recordamos que esta autora, distingue quatro padrões: *Seguro* - indivíduos que se sentem confortáveis em relações próximas, não evitam a intimidade, e conseguem manter uma posição de equilíbrio entre dependência e autonomia; *Preocupado* - indivíduos que se caracterizam por uma representação negativa do si, ou seja, baixa auto-estima, elevada dependência, e representação positiva do outro. Dado que têm uma representação negativa do si, receiam perder o outro, necessitando e

procurando activamente a confirmação de que não serão rejeitados; *Evitante Amedrontado* - indivíduos caracterizados por uma representação negativa do si, ou seja, baixa auto-estima, elevada dependência, e representação negativa do outro. Estes indivíduos têm necessidade de relações próximas e íntimas, mas como têm uma representação negativa do si e do outro, procuram evitá-las, dado que receiam ser rejeitados; *Evitante Desligado* - indivíduos caracterizados por uma representação positiva do si, ou seja, elevada auto-estima, baixa dependência, e representação negativa do outro. Consideram-se auto-suficientes, e sentem-se desconfortáveis em relações próximas e íntimas.

Assim, para a formulação de *hipóteses*²⁹ relativamente aos padrões de vinculação, baseámo-nos nos seguintes índices: percepção positiva e negativa da relação e do parceiro; percepção positiva e negativa do parceiro, percepção positiva e negativa do si; resultados obtidos nas dimensões do QVA; Mutualidade; Respeito pela Privacidade; Necessidade de privacidade; Privacidade Real; referências a Dependência e Ciúme; Queixas relativas à Expressão de Sentimentos; Intensidade de Sentimentos.

No grupo sem risco, encontrámos a seguinte distribuição de padrões predominantes:

Quadro 27
Padrões de Vinculação Predominantes - Grupo sem Risco

	Mulher: Seguro	Mulher: Preocupado
Homem: Seguro	19 casais	3 casais
Homem: Preocupado	2 casais	—

²⁹ Sublinhamos *hipóteses*, pois consideramos que uma avaliação rigorosa dos padrões de vinculação carecia de instrumentos mais diversificados e mais dirigidos a esta problemática. Voltamos a referir que O QVA, embora seja um instrumento que avalia a vinculação amorosa se destina a ser aplicado a uma população com características muito diferentes da nossa - indivíduos adolescentes e jovens adultos solteiros -, e encontra-se ainda em estudo.

No grupo de risco, encontramos a seguinte distribuição de padrões predominantes:

Quadro 28
Padrões de Vinculação Predominantes - Grupo de Risco

	Mulher: Preocupado	Mulher: Evitante Amedrontado	Mulher: Evitante Desligado
Homem: Evitante Amedrontado	2 casais	2 casais	1 casal
Homem: Evitante Desligado	—	2 casais	—

Como se pode constatar, em todos os casais do grupo sem risco, pelo menos um dos cônjuges revela um padrão predominante Seguro, sendo que na maioria dos casos, ambos os cônjuges revelam um padrão predominante Seguro. Não se verificou também nenhum participante com um padrão predominante Evitante Amedrontado ou Evitante Desligado.

No grupo de risco, não se verificou nenhum participante com um padrão predominante Preocupado, sendo que 9 participantes revelam um padrão predominante Evitante Amedrontado, 3 revelam um padrão predominante Evitante Desligado, e 2 revelam um padrão predominante Preocupado.

Estes resultados, ainda que hipotéticos, são consonantes com os resultados de investigações realizadas que têm demonstrado que as relações Seguras se distinguem, em geral, pela satisfação conjugal e, especificamente, por intimidade (Costa, 2000; Bartholomew & Horowitz, 1991) compromisso pessoal (Young & Acitelli, 1998), interdependência (Simpson, 1990), mutualidade (Feeney & Noller, 1991), confiança (Coble, Gantt & Mallinckrodt, 1996; Mikulincer, 1998), maior auto-revelação e

conforto com a revelação dos outros, e apoio emocional (Coble, Gantt & Mallinckrodt, 1996).

A vinculação Preocupada é marcada por maior ansiedade, e dependência do parceiro, o que pode interferir negativamente na relação, uma vez que, como já referimos, a necessidade de maior proximidade por parte da mulher está frequentemente associada a uma maior insatisfação nos homens (Coble, Gantt & Mallinckrodt, 1996).

A vinculação Evitante está associada a níveis mais baixos de intimidade e compromisso, e a uma percepção negativa do parceiro (Bartholomew & Horowitz, 1991).

9.1.2.2.8. Intimidade

A avaliação da intimidade, tal como sugerido pela literatura, implica a análise da auto-revelação/partilha, apoio emocional, confiança, mutualidade, interdependência, percepção de sentimentos, e sexualidade.

No *grupo sem risco*, constata-se um padrão de qualidade predominantemente positiva da intimidade, enquanto no *grupo de risco* a qualidade é sobretudo moderada ou negativa. Note-se que os dois participantes do grupo sem risco que revelam apenas intimidade moderadamente positiva, apresentam, na análise das percepções globais da relação uma frequência de percepções positivas inferior à dos demais participantes deste grupo (com excepção do participante 29).

Referimo-nos até agora ao padrão de qualidade predominantemente positivo que caracteriza o *grupo sem risco*, e as diferenças relativamente ao *grupo de risco*, no que concerne à auto-revelação/partilha, apoio emocional, confiança, mutualidade, e interdependência.

A análise de sexualidade revelou que, no *grupo sem risco*, predomina uma percepção positiva sobre a qualidade da sexualidade, e sobre a sua evolução ao longo do tempo. A percepção relativa à frequência de relações sexuais é também predominantemente positiva, muito embora, se constate uma maior frequência de percepções moderadas (11 participantes) e negativas (3 participantes).

Quanto à iniciativa para as relações sexuais, neste grupo, 22 participantes (num total de 46) referem que é o homem quem toma mais frequentemente a iniciativa para as relações sexuais; 19 afirmam que a iniciativa é igual em ambos os cônjuges; e 5 afirmam que é a mulher quem toma a iniciativa mais frequentemente. Constata-se, pois, uma diferença significativa ($p < 0.01$) entre as referências à maior iniciativa do homem e as referências à maior iniciativa da mulher, bem como entre as referências à igualdade na iniciativa e a maior iniciativa na mulher.

No *grupo de risco*, a percepção sobre a qualidade da sexualidade varia entre positiva (7 participantes), moderada (3 participantes) e negativa (4 participantes). A maior parte dos participantes deste grupo revela uma percepção positiva ou moderada relativamente à evolução da sexualidade ao longo do tempo de casamento. No que diz respeito à frequência de relações sexuais, a percepção, neste grupo, é predominantemente negativa ou moderada.

Quanto à iniciativa para as relações sexuais, 12 participantes (em 13) afirmam que é o homem quem mais frequentemente toma a iniciativa para as relações sexuais; apenas 1 participante refere que a iniciativa é igual em ambos os cônjuges; nenhum participante refere que a iniciativa é maior na mulher. O facto de, no *grupo sem risco*, a referência a maior igualdade na iniciativa para as relações sexuais ser significativamente

superior às referências no *grupo de risco* ($p < .01$); sugere maior equidade a este nível no grupo sem risco.

Ainda que todos os aspectos analisados na sexualidade denotem uma qualidade mais positiva no *grupo sem risco* – qualidade e evolução da sexualidade, frequência de relações sexuais, equitatividade na iniciativa das relações sexuais –, pensamos ser de salientar que, no *grupo de risco*, quando tomados na globalidade, estes aspectos revelam uma qualidade sobretudo moderada ou positiva, o que, aliado ao facto de revelarem predominantemente uma percepção positiva dos sentimentos, pode constituir uma “zona de força” destes casais, uma vez que a sexualidade é fundamental para a manutenção da intensidade dos sentimentos (Hendrick & Hendrick, 1997; Kayser, 1993; Notarius, Lashley & Sullivan, 1997; entre outros). Contudo, a manutenção de uma vida sexual satisfatória depende fortemente da qualidade dos demais atributos da intimidade – auto-revelação/partilha, apoio emocional, confiança, mutualidade e interdependência –, e da satisfação a eles relativa (Dion & Dion, 1988; Levine, 1991; Nowinski, 1988). Assim, e dado que, no *grupo de risco*, ao contrário do *grupo sem risco*, tais atributos se revelam, em geral, bastante fragilizados, podemos colocar a hipótese de que, a verificar-se a continuidade deste percurso de mudança negativa na qualidade e na satisfação conjugal, também a qualidade e satisfação sexual acabarão por se debilitar, acelerando-se o movimento de “cascata para a ruptura”.

Quadro 29
Intimidade - Intensidade das Correlações Encontradas

Qualidade da Sexualidade	////	Auto-Revelação/Partilha
Qualidade da Sexualidade	////	Qualidade da Comunicação
Qualidade da Sexualidade	////	Percepção da Expressão de Sentimentos
Qualidade da Sexualidade	////	Qualidade da Empatia
Qualidade da Sexualidade	////	Apoio Emocional
Qualidade da Sexualidade	////	Identidade Conjugal
Qualidade da Sexualidade	////	Confiança
Qualidade da Sexualidade	///	Expectativas
Qualidade da Sexualidade	////	Mutualidade
Qualidade da Sexualidade	////	Ajustamento
Qualidade da Sexualidade	////	Similitude
Qualidade da Sexualidade	//	Equidade
Qualidade da Sexualidade	////	Interdependência
Qualidade da Sexualidade	//	Respeito pela Privacidade
Qualidade da Sexualidade	///	Frequência de Relações Sexuais
Qualidade da Sexualidade	//	Evolução da Sexualidade
Qualidade da Sexualidade	////	Percepções Globais

Em consonância com os dados da literatura, encontraram-se correlações significativas muito elevadas entre qualidade da sexualidade, auto-revelação/partilha, apoio emocional, confiança, mutualidade, e interdependência. Verificaram-se também correlações significativas elevadas e muito elevadas com frequência das relações sexuais, e correlações moderadas com evolução da sexualidade. As correlações positivas com as percepções positivas globais, e as correlações negativas com as percepções negativas globais são, de um modo geral, muito elevadas no caso da qualidade da sexualidade (inexistência de correlação com percepção positiva do parceiro, e moderada com percepção positiva do si, e

negativa do si), elevadas e muito elevadas no caso da frequência de relações sexuais (inexistência de correlação com percepção positiva do parceiro, percepção positiva do si, e negativa do si), e moderadas no caso da evolução da sexualidade (inexistência de correlação com percepção positiva do outro, com percepção positiva do si, e moderada com percepção negativa do si).

Queremos, ainda, salientar que o estudo correlacional revelou associações raras, sendo fracas ou moderadas entre percepção de sentimentos e as demais variáveis, inclusive com as percepções globais. Este facto sugere a pouca relevância desta variável, o que, pensamos, pode ser explicado pela pouca variabilidade dos dados, uma vez que, mesmo a maioria dos participantes do *grupo de risco* revelou uma percepção positiva dos sentimentos. Contudo, tal pode constituir um indício de que os sentimentos constituem, ainda, uma zona de força dos casais do *grupo de risco*, sendo, assim, fonte de alguma satisfação relacional afectiva, e um travão da “cascata para a ruptura”.

Tal como tínhamos constatado na revisão de literatura que realizámos, também na nossa amostra, se verifica uma forte associação entre auto-revelação/partilha, apoio emocional, confiança, mutualidade, e interdependência; correlações maioritariamente elevadas ou muito elevadas entre estas variáveis e as variáveis que considerámos de 1ª ordem e de 2ª ordem; uma associação muito elevada com intimidade; e uma associação positiva acentuada entre todas estas variáveis – incluindo a intimidade – e as percepções positivas globais; e uma relação inversa entre todas estas variáveis e as percepções negativas globais.

9.1.2.2.9. Compromisso Pessoal

A noção de compromisso pessoal é indissociável da ideia de investimento na relação (Costa, 2000), - esforços para manter ou melhorar a qualidade da relação para benefício de ambos os parceiros - e, consequentemente, de intimidade, subjacente ao desejo de continuidade da relação, afastando-se, assim, dos conceitos de compromisso estrutural e de compromisso moral, os quais remetem para um sentido de obrigação, ou de dever, de continuar a relação.

O modelo de investimento de Rusbult (1980; *in* Drigotas & Rusbult, 1992; entre outros) defende que é a dependência da relação que catalisa o compromisso pessoal, e que aquela se alicerça em três bases: nível de satisfação, consideração de alternativas e dimensão do investimento. O aumento de satisfação, ou seja, a realização das necessidades mais importantes do indivíduo pela relação, conduz à diminuição da não consideração de alternativas ao parceiro e à relação, e, consequentemente, ao aumento do investimento na relação.

Vários estudos realizados sugerem uma relação recíproca entre compromisso pessoal e satisfação, sendo que o compromisso pessoal parece ser um dos factores mais importantes para a satisfação conjugal, e os casais satisfeitos são aqueles que apresentam níveis mais elevados de compromisso pessoal (Adams & Jones, 1997; Broderick & O’Leary, 1986; Clements *et al.*, 1997).

Também os nossos resultados são consonantes com esta tese, uma vez que, enquanto no *grupo sem risco*, se encontrou um padrão predominante de compromisso pessoal forte, no *grupo de risco*, prevalece o compromisso pessoal moderado. Note-se que um dos participantes do *grupo sem risco* que revela apenas compromisso moderadamente forte, apresenta, na análise das

percepções globais da relação uma frequência de percepções positivas inferior aos dos demais participantes deste grupo (com excepção dos participantes 29 e 39). O outro participante deste grupo que revela compromisso moderadamente forte, admitiu considerar alternativas ao parceiro e à relação. Saliente-se que as zonas mais fragilidades no casal a que pertence este participante são as da sexualidade, intensidade de sentimentos e empatia, o que pode indiciar uma menor satisfação relacional afectiva, e, consequentemente, activar o nível de comparação de alternativas (Kelly & Thibaut, 1978; *in* Berscheid & Lopes, 1997).

Na análise do compromisso pessoal, considerámos sobretudo a intimidade, a consideração de alternativas, as expectativas de eficácia relacional, e as ideias de ruptura.

Referimo-nos já ao padrão de expectativas positivas e de qualidade positiva da intimidade que se verifica, de um modo geral, no *grupo sem risco*, e às expectativas moderadas ou positivas, e qualidade sobretudo moderada ou negativa da intimidade do *grupo de risco*.

No que diz respeito à consideração de alternativas, no *grupo sem risco*, apenas 2 participantes (em 45) mostram, ambiguidade, um deles, e consideração de alternativas, o outro; no *grupo de risco*, cerca de um terço dos participantes (4 em 13) revela ambiguidade (3 participantes), e 1 admite considerar alternativas.

No que se refere às ideias de ruptura, predomina a ausência no *grupo sem risco*, embora alguns considerem já terem existido ideias de ruptura, sobretudo, não perturbadoras. Dos 6 participantes que referem ideias de ruptura perturbadoras, 4 correspondem aos dois únicos casais onde ocorreu, de facto, ruptura conjugal no passado. No *grupo de risco*, apenas cerca de um quarto dos participantes (3 em 13) referem ausência de

ideias de ruptura, enquanto os demais revelam ideias de ruptura não perturbadoras ou perturbadoras da relação. Note-se que é significativa a diferença entre os dois grupos relativamente à ausência de ideias de ruptura ($p=.01$); relativamente às ideias de ruptura não perturbadoras, a diferença é tendencialmente significativa ($p=.07$).

Quadro 30
Compromisso Pessoal - Intensidade das Correlações Encontradas

Compromisso Pessoal	////	Intimidade
Compromisso Pessoal	////	Percepções Globais

Como nota final, salientamos a forte associação, verificada no estudo correlacional que realizámos, entre compromisso pessoal e intimidade, entre compromisso pessoal e as percepções positivas globais, e a relação inversa entre compromisso pessoal e as percepções negativas globais. Indícios que reforçam a tese de que o compromisso pessoal é indissociável de satisfação conjugal, e de intimidade. Indícios a lembrar a diferença entre “querer estar com o outro” e “querer ser com o outro” (Costa, 2000).

9.2. Cores Semelhantes e Tonalidades Diferentes

9.2.1. O Tempo ou Percurso de Vida Conjugal

Considerar a temporalidade no estudo da qualidade e da satisfação conjugal, é fundamental para se aceder à compreensão da sua complexidade dinâmica (Heaton, 1991; Relvas, 1996; Whitaker & Bumberry, 1990).

No âmbito da temporalidade, procurámos, no nosso estudo, analisar, num quadro de satisfação³⁰, diferenças e semelhanças na qualidade conjugal, em tempos de casamento diferentes: mais de treze anos de casamento, entre sete a treze anos, e menos de sete anos.

Apesar de, *a priori*, todos os casais se considerarem satisfeitos, verificámos, no decorrer da análise dos resultados, que se distinguiram claramente dois grupos na nossa amostra: um grupo que considerámos *sem risco* por revelar índices nítidos de satisfação e de qualidade conjugal, e um grupo *de risco*, por hipótese, num percurso de mudança negativa na qualidade e na satisfação conjugal. Por este motivo, decidimos analisar as diferenças em função do tempo de casamento, quer no global da amostra, quer apenas no *grupo sem risco*. Esta análise parcial, que apenas inclui o *grupo sem risco*, permite perceber com maior rigor se e que diferenças se verificam na qualidade conjugal de casamentos satisfeitos, em tempos de casamento diferentes.

Apesar de não podermos retirar conclusões definitivas relativamente aos nossos resultados, dado o número restrito de casais em cada grupo etário (11 casais com mais de 13 anos de casamento; 8 casais entre 7 a 13 anos; 12 casais com menos de 7 anos de casamento), pensamos

³⁰ Não se encontraram diferenças significativas em função de tempo de casamento, nos resultados da EASAVIC.

ser de salientar o facto de ter sido detectado, no grupo de casais com mais tempo de casamento, apenas 1 casal *de risco*, enquanto no grupo de casais com tempo de casamento intermédio, e com menos tempo de casamento, se encontrarem, respectivamente, 2 e 4 casais considerados *de risco*.

Recordamos que os estudos realizados sobre a influência do tempo³¹ - duração do casamento - têm encontrado resultados pouco consonantes. Enquanto diversos estudos revelam um declínio acentuado na satisfação depois dos primeiros anos de casamento, alguns sugerem um aumento regular ao longo do tempo, outros - particularmente, estudos longitudinais - parecem indicar que a satisfação estabiliza particularmente a partir dos anos intermédios do casamento, e ainda outros constataam um padrão curvilíneo em que a qualidade conjugal é mais elevada nos primeiros anos de casamento, seguida de um declínio que coincide com o crescimento e adolescência dos filhos, e com os anos intermédios do casamento, voltando a aumentar nos últimos anos de casamento (Feeney, Noller & Ward, 1997; Karney & Bradbury, 1997; Vaillant & Vaillant, 1993; entre outros). Os nossos resultados parecem ser mais consonantes com os encontrados em estudos longitudinais, tendo em conta que é precisamente a partir dos anos intermédios de casamento que se encontram mais casais com índices reveladores de qualidade e satisfação conjugal. Estes resultados são também consonantes com o facto de se verificar um elevado número de divórcios nos primeiros 5 anos de casamento (Booth & Amato, 1991; Fisher, 1992; Pasch & Bradbury, 1998; Quinn & Odell, 1998; entre outros). De acordo com alguns autores (Glenn, 1998; Heaton & Albrecht, 1991; Veroff & Holberg, 1993), o investimento na relação ao longo dos anos, e a quantidade e qualidade de experiências partilhadas, o aumento do conhecimento mútuo,

³¹ Relembramos que, nestes estudos, satisfação, qualidade e ajustamento conjugal são, frequentemente, utilizados de um modo indiferenciado, revelando alguma falta de rigor conceptual.

a criação de um mundo partilhado, enfim, o crescimento da identidade conjugal são geradores de maior qualidade e satisfação conjugal.

Vejamos, então, quais as diferenças significativas em função do tempo de casamento.

☺ >13 anos No que se refere às *Percepções Globais*, e considerando

⊗ <7 anos a *totalidade da amostra*, encontram-se diferenças significativas na Percepção Positiva sobre o Parceiro ($p=.01$), e na diferença entre a Percepção Positiva sobre o Parceiro e a Percepção Negativa sobre o Parceiro ($p=.005$), e na diferença entre a Percepção Positiva e a Percepção Negativa do Si ($p=.01$). É nos casais com menor tempo de casamento que a Percepção Positiva sobre o Parceiro é mais baixa, e que a Percepção Negativa é mais elevada. É também nestes casais que a diferença entre a Percepção Positiva e Negativa do Si é menor.

☺ >13 anos Considerando apenas os *casais sem risco*, encontram-se

⊗ 7- 13anos diferenças significativas ($p=.04$) na Percepção Positiva sobre o Si, sendo os casais mais velhos³² quem apresenta maior frequência de percepções positivas, e os casais de tempo intermédio quem revela menor frequência de percepções positivas. Também ao nível da diferença entre a Percepção Positiva e Negativa do parceiro, se encontram diferenças significativas ($p=.02$), sendo os casais mais novos que revelam uma menor diferença.

³² Daqui em diante, utilizaremos a designação “casais mais velhos” para nos referirmos aos casais com mais de 13 anos de casamento; “casais intermédios”, para nos referirmos aos casais com tempo de casamento entre 7 e 13 anos; e “casais mais novos”, para nos referirmos aos casais com menos de 7 anos de casamento.

Estes resultados sugerem um nível mais elevado de satisfação com o si e com o parceiro nos casais mais velhos.

Relativamente à *Quantidade Global de Comunicação*, considerando a *totalidade da amostra*, não se encontram diferenças significativas entre os três grupos etários de casamento. Em todos os grupos, predomina significativamente, a frequência de participantes que referem quantidade moderada de comunicação, comparativamente com os que referem quantidade elevada e quantidade baixa de comunicação.

☺ >13 anos (Filhos) Quanto à Quantidade de Comunicação por áreas de vida conjugal, verifica-se que, na nossa amostra, são os casais com mais tempo de casamento que falam mais sobre filhos³³, e são os casais mais novos que falam menos sobre este tema ($p<.05$). O facto de ser este o grupo onde se encontram mais casais com filhos adolescentes, e jovens adultos, pode explicar este resultado, dada a especificidade, e as preocupações inerentes, deste período de desenvolvimento dos filhos.

⊗ > 13 anos (Família de origem) São também os casais mais velhos que falam menos sobre a família de origem ($p<.01$), o que pode ser explicado pelo facto de, neste grupo, dado o tempo de casamento, ter sido já atingido um maior equilíbrio na dinâmica entre pertença e individuação relativamente à família de origem e relativamente à família nuclear do casal.

³³ Neste caso, consideraram-se apenas os casais com filhos.

⊗ > 13anos (Continuidade da Relação; Rede Social) Também se encontram diferenças significativas na quantidade de comunicação nas áreas relativas à Continuidade da Relação ($p=.02$) e à Rede Social ($p=.03$), sendo os casais mais velhos que falam menos sobre estes temas. Pensamos que a menor quantidade de comunicação sobre Continuidade da Relação se pode explicar por uma menor incerteza e maior segurança destes casais quanto ao futuro da relação, dado terem já uma história de vida partilhada de certo modo confirmatória de tal segurança. Quanto à menor comunicação sobre o tema Rede Social, tanto se pode dever ao facto destes casais terem encontrado, ao longo do tempo, um maior equilíbrio entre a necessidade de privacidade e a necessidade de socialização, como ao facto deste ser, eventualmente, um tema gerador de conflitos, devido a uma menor similitude entre os cônjuges a este nível.

Considerando apenas os casais sem risco, não se encontram diferenças significativas na Quantidade Global de Comunicação em função do tempo de casamento.

⊗ > 13anos (Intimidade Emocional) Relativamente à Quantidade de Comunicação por áreas da vida conjugal, tal como acontece na totalidade da amostra, são os casais mais velhos que falam menos sobre Família de Origem ($p<.01$), e Rede Social ($p=.03$), e que falam mais sobre Filhos ($p<.01$). São também estes casais que referem maior comunicação na área relativa a Intimidade Emocional ($p=.02$), o que pode ser atribuído ao facto do tempo de relação tender a aumentar a auto-revelação e a partilha em casais satisfeitos.

Relativamente à *Percepção sobre a Quantidade de Comunicação*, na *totalidade da amostra*, não se encontram diferenças significativas entre os três grupos etários.

☺ > 13anos (Privacidade / Autonomia) Quanto à Percepção sobre a Quantidade de Comunicação por áreas da vida conjugal, verifica-se que, nos casais com menos tempo de casamento, a percepção é mais negativa, comparativamente com os outros grupos etários ($p < .05$), na área relativa a Privacidade/Autonomia, o que sugere uma fase de desenvolvimento conjugal onde é ainda acentuada a procura de um equilíbrio entre pertença e autonomia. É nos casais com mais tempo de casamento que a percepção relativamente à comunicação nesta área é mais positiva, remetendo, portanto, para um maior equilíbrio entre pertença e autonomia.

Todos os casais sem risco, independentemente do tempo de casamento, revelam uma percepção positiva relativamente à quantidade global de comunicação.

Relativamente à *Frequência Global dos Conflitos*, no total da amostra, não se encontram diferenças significativas entre os três grupos etários de casamento.

☺ > 13anos (Gestão doméstica) Quanto à frequência de conflitos por áreas da vida conjugal, encontram-se diferenças significativas entre os três grupos etários nas áreas relativas à Gestão Doméstica ($p < .01$) - sendo que são os casais mais velhos que referem uma

... frequência mais baixa de conflitos -, e à Gestão Financeira ($p=.02$) -, sendo que são os casais intermédios que referem uma frequência mais baixa de conflitos.

Nos casais do *grupo sem risco*, não se encontram diferenças significativas relativamente à frequência global de conflitos em função do tempo de casamento.

⊗ > 13anos
(Rede Social)

⊗ < 7 anos
(Gestão
doméstica)

Na área relativa à Gestão Doméstica, são os casais mais novos que referem maior frequência de conflitos ($p=.01$), e na área relativa à Rede Social ($p=.01$) são os casais mais velhos que referem maior frequência de conflitos. A menor frequência de conflitos a propósito da gestão doméstica nos casais mais velhos, ao contrário do que sucede com os casais mais novos, sugere um maior ajustamento entre os cônjuges com mais tempo de casamento, ajustamento esse que, nos casais com menos tempo de casamento, revela ainda algumas dificuldades. Tais dificuldades no ajustamento nesta área podem ser indício de que os casais mais novos se encontram ainda numa fase de maior simetria ao nível do controlo relacional.

A maior frequência de conflitos a propósito da rede social nos casais mais velhos pode ser explicada por diferentes pressupostos e padrões a este propósito, o que remeteria para diferenças entre os cônjuges a este nível; e, portanto, para uma menor similitude. Recordamos que DeFranck-Lynch (1986; *in* Relvas, 1996) refere que, entre os 10 e os 20 anos de casamento, se observa um aumento no

investimento da individualidade e da autonomia. Contudo, pensamos que este retorno ao “eu” e ao “tu” é menos ameaçador para a qualidade e satisfação conjugal, uma vez que, dado o tempo de casamento, e tratando-se de casais satisfeitos, existe já uma marcada identidade conjugal. Pensamos ser ainda de salientar o facto de que a maior frequência de conflitos nos casais mais velhos apenas se verifica nesta área que é, em si mesma, mais periférica à relação.

⊗ < 7 anos
(Gestão
doméstica)

No que se refere à *Percepção Global sobre os Conflitos*, na totalidade da amostra, encontram-se diferenças significativas ($p=.02$) entre os casais mais velhos e os casais mais novos, sendo estes últimos quem menos revela uma percepção positiva. Tal facto parece consonante com o que acima referimos sobre a maior instabilidade da qualidade e da satisfação conjugal até aos anos intermédios de casamento. Note-se, ainda, que nos casais com menos tempo de casamento, não se encontram diferenças significativas entre a frequência de participantes que referem uma percepção positiva dos conflitos e os participantes que referem uma percepção moderada ou negativa.

⊗ > 13 anos
(Gestão
doméstica)

Quanto à *Percepção dos Conflitos por áreas da vida conjugal*, verifica-se que o grupo de casais com mais tempo de casamento revela uma percepção menos negativa do que os outros dois grupos ($p=.02$) na área relativa à *Gestão Doméstica*, o que reforça o que anteriormente referimos

sobre a procura ainda muito acentuada, nos casais mais novos, de um ajustamento entre os cônjuges.

No grupo de *casais sem risco*, não se encontram diferenças significativas quanto à Percepção global dos Conflitos, em função do tempo de casamento.

☺ > 13 anos Relativamente à *Qualidade da Comunicação*, no total da amostra, verifica-se uma diferença tendencialmente significativa ($p=.07$) entre os casais mais velhos e os casais mais novos, sendo que nos primeiros a qualidade da comunicação é mais positiva.

No grupo *sem risco*, não se encontram diferenças significativas em função do tempo de casamento.

No que se refere ao *Processo Decisional*, no total da amostra, verifica-se uma diferença significativa ($p=.03$) entre os casais com mais tempo de casamento e os casais com menos tempo de casamento, sendo que estes referem mais frequentemente um processo decisional que inclui decisões impositivas. Note-se que, neste grupo etário, não se encontram diferenças significativas entre os participantes que referem um processo decisional com decisões impositivas e os que referem um processo decisional com decisões exclusivamente participativas e/ou consultivas.

No grupo *sem risco* não se encontram diferenças significativas em função do tempo de casamento.

No que se refere à *Percepção sobre o Processo Decisional*, quer na *totalidade da amostra*, quer no *grupo sem risco*, não se encontram diferenças significativas entre os três grupos etários.

☺ 7- 13 anos (Tarefas financeiras) No que se refere à *Percepção Global sobre a Distribuição de Tarefas*, no *total da amostra*, apenas se encontra uma tendência ($p=.07$) para uma maior frequência de percepções positivas sobre as tarefas financeiras no grupo intermédio do que no grupo de casais mais velhos, o que é consonante com o facto de, no grupo intermédio, se verificarem menos conflitos a propósito da gestão financeira.

No *grupo sem risco*, não se encontram diferenças significativas em função do tempo de casamento.

Relativamente à *Equidade*, quer no *total da amostra*, quer no *grupo sem risco*, não se encontram diferenças significativas em função do tempo de casamento.

Relativamente a todas as restantes variáveis consideradas, e considerando a *totalidade da amostra*, verificam-se diferenças significativas:

☺ 7- 13 anos (Tarefas financeiras) ➤ *Intensidade de Sentimentos* entre os casais mais velhos e os casais intermédios ($p=.05$), sendo que nestes últimos todos os participantes revelam uma intensidade forte de sentimentos (por oposição a uma intensidade moderada ou fraca); uma diferença tendencialmente significativa ($p=.06$) entre os casais intermédios e os casais mais novos, sendo que,

como referimos, todos os casais intermédios revelam uma intensidade forte dos sentimentos;

⊗ <7 anos > *Queixas relativas à Expressão de Sentimentos:* embora não se verifiquem diferenças significativas entre os três grupos etários, verifica-se que, nos casais mais novos, a frequência de participantes que não referem queixas sobre a expressão de sentimentos é igual à frequência de participantes que referem queixas;

⊗ <7 anos > *Percepção sobre a Expressão de Sentimentos:* entre os casais mais velhos e os casais mais novos ($p=.04$), sendo que, nestes últimos, é menor a frequência de participantes que revelam percepção positiva (por oposição a moderada ou negativa);

⊗ <7 anos > *Qualidade da Empatia:* entre os casais mais velhos e os casais mais novos ($p=.05$), sendo que, nestes últimos, é menor a frequência de participantes que revelam percepção positiva (por oposição a moderada ou negativa);

⊗ <7 anos > *Respeito pela Privacidade:* entre os casais mais velhos e os casais mais novos ($p=.05$), sendo que, nestes últimos, é menor a frequência de participantes que revelam percepção positiva (por oposição a moderada ou negativa);

⊗ <7 anos > *Qualidade dos Tempos Livres Familiares/Sociais:* entre os casais mais velhos e os casais mais novos, a diferença é tendencialmente significativa ($p=.07$), sendo que, nestes

últimos, é menor a frequência de participantes que revelam percepção positiva;

➤ *Quantidade de Tempos Livres Familiares/Sociais:* não se encontram diferenças significativas em função do tempo de casamento. Nos casais mais velhos, a diferença entre a frequência de participantes que revelam percepção positiva e a dos que revelam percepção negativa não é significativa;

⊗ 7 -13 anos

➤ *Quantidade de Tempos Livres exclusivos do Casal:* entre os casais mais velhos e os casais intermédios ($p=.02$), sendo que, nestes últimos, é menor a frequência de participantes que revelam percepção positiva. Nos casais mais velhos não há diferença significativa entre a frequência de participantes que revelam percepção positiva e a dos que revelam percepção negativa;

➤ *Quantidade de Tempos Livres Individuais:* Nos casais mais velhos não há diferença significativa entre a frequência de participantes que revelam percepção positiva e a dos que revelam percepção negativa. Nos casais intermédios não há diferença significativa entre a frequência de participantes que revelam percepção positiva e a dos que revelam percepção negativa, e nos casais mais velhos, tal diferença é apenas tendencial ($p=.07$);

⊗ < 7 anos

➤ *Qualidade da Sexualidade:* entre os casais mais

⊗ 7 -13 anos velhos e os casais mais novos ($p=.03$), sendo que, nestes últimos, é menor a frequência de participantes que revelam percepção positiva (por oposição a moderada ou negativa); e

entre os casais mais velhos e os casais intermédios ($p=.04$), sendo que, nestes últimos, é menor a frequência de participantes que revelam percepção positiva (por oposição a moderada ou negativa);

⊗ < 7 anos

➤ *Frequência de Relações Sexuais*: entre os casais mais velhos e os casais mais novos ($p<.01$), sendo que, nestes últimos, é menor a frequência de participantes que revelam percepção positiva (por oposição a moderada ou negativa); e entre os casais mais velhos e os casais intermédios ($p=.04$), sendo que, nestes últimos, é menor a frequência de participantes que revelam percepção positiva (por oposição a moderada ou negativa). Nos casais intermédios e nos casais mais novos não há diferença significativa entre a frequência de participantes que revelam percepção positiva e a dos que revelam percepção moderada ou negativa;

⊗ < 7 anos

➤ *Evolução da Sexualidade*: entre os casais mais

⊗ 7-13 anos

velhos e os casais mais novos ($p=.05$), sendo que, nestes últimos, é menor a frequência de participantes que referem evolução positiva; e entre os casais mais velhos e os casais intermédios ($p=.03$), sendo que, nestes últimos, é menor a frequência de participantes que referem evolução positiva;

➤ *Similitude*: não se encontram diferenças significativas entre os três grupos etários. Nos casais mais velhos, a diferença entre a frequência de participantes que referem (ou em quem se observa) similitude elevada e a frequência de participantes que referem (ou em quem se observa)

similitude moderada ou fraca: é apenas tendencialmente significativa ($p=.07$). Nos casais mais novos, tal diferença não é significativa;

➤ *Ideias de Ruptura*: não se encontram diferenças significativas entre os três grupos etários. Em nenhum dos grupos se encontram diferenças significativas entre a frequência de participantes que referem Ausência de Ideias de Ruptura e a dos que referem Presença de Ideias de Ruptura (perturbadoras ou não da relação);

⊗ < 7 anos ➤ *Mutualidade*: entre os casais mais velhos e os casais mais novos ($p=.05$), sendo que, nestes últimos, é menor a frequência de participantes que revelam qualidade positiva (por oposição a moderada ou negativa);

➤ *Interdependência*: não se encontram diferenças significativas entre os três grupos etários. Nos casais mais novos, não existem diferenças significativas entre a frequência de participantes que revelam qualidade positiva da interdependência e a dos que revelam qualidade moderada ou negativa;

➤ *Intimidade*: não se encontram diferenças significativas entre os três grupos etários. Nos casais mais novos, não existem diferenças significativas entre a frequência de participantes que revelam qualidade positiva da intimidade e a dos que revelam qualidade moderada ou negativa.

No grupo sem risco, são as seguintes as diferenças significativas ($p<.05$) encontradas:

➤ Relativamente às *Queixas sobre a Expressão de Sentimentos*, no grupo dos casais mais novos não existem diferenças significativas entre os que não referem queixas e os que referem queixas;

➤ Relativamente à *Quantidade de Tempos Livres Familiares/Sociais*, não se encontram diferenças significativas, nos casais mais velhos e nos casais mais novos, entre a frequência dos participantes que revelam percepção positiva e a dos que revelam percepção negativa;

☺ > 13 anos ➤ Percepção mais positiva relativamente à *Quantidade de Tempos Livres exclusivos do Casal* nos casais com mais tempo de casamento do que nos casais com tempo intermédio. Este facto pode explicar-se por uma maior interferência do crescimento dos filhos e da carreira profissional nesta fase de desenvolvimento conjugal. Note-se, ainda, que nos casais mais velhos, não se encontram diferenças significativas entre a frequência dos participantes que revelam percepção positiva e a dos que revelam percepção negativa;

⊗ 7-13 anos ➤ Percepção mais negativa relativamente à *Quantidade de Tempos Livres Individuais* nos casais com tempo de casamento intermédio do que nos casais com menos tempo de casamento. Note-se, ainda, que nos casais intermédios, não se encontram diferenças significativas entre a frequência dos participantes que revelam percepção positiva e a dos que revelam percepção negativa. Note-se, ainda, que nos casais mais novos, não se encontram diferenças significativas entre a frequência dos participantes que revelam percepção positiva e a dos que revelam percepção negativa;

☺ ➤ 13 anos ➤ Percepção mais positiva da *Frequência de Relações Sexuais* nos casais com tempo de casamento intermédio do que nos casais com menos tempo de casamento, o que, uma vez mais, remete para uma menor estabilidade nos casais com menos tempo de casamento;

➤ Observa-se uma maior *Similitude* nos casais com tempo intermédio de casamento, comparativamente com os outros dois grupos. Relembramos que os casais mais jovens se encontram numa fase de formação do “nós”, e de um si partilhado, o que, naturalmente, implica um maior confronto entre o si de cada um dos cônjuges. Por outro lado, e como já referimos, DeFranck-Lynch (1986; in Relvas, 1996) refere que entre os 10 e os 20 anos de casamento se verifica um retorno ao “tu” e ao “eu”, com um maior reinvestimento na autonomia e individualidade, o que, assim sendo, poderia explicar o facto de ser no grupo intermédio que se verifica uma maior similitude. No entanto, tal como já referimos, pensamos que este acentuar da individualidade não é ameaçador nesta fase etária do casamento, dado existir, nestes casais, uma forte identidade conjugal. Contudo, pensamos que seria interessante um estudo mais detalhado que permitisse observar quais os focos de maior similitude, e as diferenças, a este nível, entre os três grupos etários;

➤ Relativamente às Ideias de Ruptura, nos casais mais velhos, não se encontram diferenças significativas entre a frequência dos participantes que referem Ausência de ideias de ruptura, e a dos que referem Presença de ideias de ruptura (perturbadoras ou não da relação); a diferença nos casais mais novos, é apenas tendencialmente significativa ($p=.07$).

Pensamos que os resultados encontrados na análise das diferenças em função do tempo de casamento nas diversas variáveis consideradas, sugere que, de um modo geral, é a partir dos anos intermédios de casamento que parece existir maior qualidade e satisfação conjugal.

A análise referente apenas aos casais pertencentes ao *grupo sem risco*, ou seja, casais com índices mais elevados de qualidade e de satisfação conjugal, sugere que, nestes casais, a qualidade e a satisfação conjugal parecem sofrer uma menor variação ao longo do tempo. Tal facto é consonante com a teoria de Gottman (Gottman & Silver, 2000), de acordo com a qual, desde que os casais se regulem sistematicamente pelos *Sete Princípios* - enriquecer o “mapa de afecto”, cultivar a ternura e a estima recíprocas, virar-se um para o outro em vez de se afastarem, deixar-se influenciar pelo parceiro, resolver os problemas solúveis, ultrapassar os impasses; e caminhar no mesmo sentido - a probabilidade de sucesso conjugal é bastante elevada.

Pensamos que mais estudos desta natureza, exclusivamente com casais que apresentam índices elevados de qualidade e de satisfação conjugal, que investigassem as diferenças ao longo do tempo - e, sobretudo, estudos longitudinais -, poderiam ser um contributo importante não só para a compreensão da conjugabilidade de um modo geral, mas também para a determinação de momentos e acontecimentos críticos que podem alterar o rumo da qualidade e da satisfação conjugal, aumentando a proporção de comportamentos negativos sobre os positivos, e, conseqüentemente, a proporção de percepções negativas sobre as positivas (Fincham, Beach & Kemp-Fincham, 1997; Gottman & Silver, 2000). A família, o casal, são sistemas não lineares, o que significa, tal como refere Gleick (1980, p.50), que “a maneira como se joga altera as regras do jogo”. Sabemos que a

conjugalidade é alterada pelo modo como se entretecem comportamentos, afectos e cognições. Trata-se de sistemas dissipativos (Prigogine, 1990), ou seja, de um “mundo” onde *“nada está verdadeiramente num estado de equilíbrio”* (Conveney & Highfield, 1990, p.155). São sistemas que operam fora do equilíbrio, mas que podem manter-se perto dele por períodos prolongados do tempo. A regulação dos casais pelos Sete Princípios enunciados por Gottman (Gottman & Silver, 2000), assemelha-se à imagem utilizada por Conveney e Highfield (1990), quando afirmam que uma casa se pode manter estável durante muitos anos, desde que o proprietário interfira, mantendo o ritmo de reparações igual ao ritmo de decadência.

No entanto, em tais sistemas, alterações internas ou alterações das condições do meio podem empurrá-los para um estado longe do equilíbrio, tornando-se instáveis, podendo alcançar um limiar a partir do qual não é possível retroceder - tal como na “cascata para a ruptura”, referida por Gottman (Gottman & Silver, 2000). Nestes pontos de crise - uma bifurcação - dois ou mais estados de equilíbrio surgem como disponíveis para o sistema, gerando-se a necessidade de escolha. Feita a escolha, o sistema evolui para um outro estado. Assim, um ponto de crise representa um salto da desordem para a organização, o que significa que existe como que uma “ordem oculta”, tendo tais sistemas a capacidade de se auto-organizarem espontaneamente (Conveney & Highfield, 1990). Estudos longitudinais que investigassem a evolução da conjugalidade permitiriam captar os momentos de maior sensibilidade às instabilidades internas e externas - e que instabilidades -, e, consequentemente, poderiam contribuir para uma intervenção preventiva ou terapêutica mais eficaz, uma vez que se estaria a agir sobre pontos nodais, quer ao nível das forças, quer ao nível das fragilidades das famílias.

9.3: Os Processos Afectivos como Pontos Nodais da Conjugalidade – a metáfora do *puzzle*: segunda versão

A partir da revisão de literatura que realizámos, propusemos e desenvolvemos, no capítulo 1 deste relatório, uma concepção sistémica de satisfação conjugal, e recorremos, para a sua explicitação, à metáfora de um *puzzle*, a qual condensava, tanto quanto possível, as propriedades dos sistemas e a sua complexidade. Terminaremos esta Discussão, regressando à metáfora do *puzzle*, não como se de um círculo se tratasse, mas sim, tendo subjacente uma circularidade evolutiva.

Na descrição do *puzzle*, considerámos uma peça central – Satisfação Conjugal Global -, e três conjuntos de peças que, sucessivamente, circundavam a peça central. Assim, o primeiro conjunto de peças que imediatamente rodeava a peça central, correspondia aos Factores Centrípetos, os quais foram definidos como processos que geram a e são gerados directamente pela relação: Processos Operativos ou Comportamentais, Processos Cognitivos e Processos Afectivos. Na descrição do *puzzle*, estes três processos correspondiam, então, a três peças, sendo que cada uma delas constituía também um mini-*puzzle* com uma peça central nuclear – Satisfação Conjugal Específica -, e as restantes sub-peças: sentimentos, intimidade e compromisso nos processos afectivos; pressupostos, padrões, percepção, atribuições e expectativas nos processos cognitivos; e comunicação, conflitos, resolução de conflitos, e controlo relacional nos processos operativos ou comportamentais.

Em torno deste conjunto de peças, situava-se uma peça única que correspondia ao factor Tempo ou percurso de Vida Conjugal. Ao último conjunto de peças, mais periférico à satisfação conjugal global, denominámos Factores Centrífgos, e descrevemo-lo como sendo

constituído por três peças correspondentes aos factores pessoais, factores contextuais, e factores demográficos.

Dado tratar-se de uma metáfora referente a processos dinâmicos e não lineares, salientámos a ideia de um *puzzle* com contornos movediços, de tal modo que a mudança nos contornos de uma peça implicaria a mudança - mais ou menos marcada - nas restantes peças.

Contudo, e também o sublinhámos, tal metáfora apenas possibilitava uma imagem aproximada de uma conceptualização sistémica de satisfação conjugal, ficando aquém da complexidade dinâmica das inter-relações entre partes e todo.

Durante o processo de codificação e análise dos dados, e recorrendo à reflexão gerada pela revisão de literatura³⁴, fomos definindo categorias e sub-categorias, e, pela relação entre estas, criando uma rede categorial com diferentes níveis de abstracção. Esta rede categorial constituiu uma etapa chave da nossa reflexão, um momento de "re-descoberta" conceptual, uma vez que, ao ilustrar as inter-relações dinâmicas entre os vários processos conjugais, tornava mais clara a concepção de complexidade sistémica que anteriormente tínhamos proposto.

Assim, e tal como descrevemos no subcapítulo da metodologia referente à explicitação do processo de codificação, a rede categorial partiu de categorias que denominámos de 1º ordem - por se situarem no nível mais inferior de abstracção -, até culminar em duas categorias últimas que integravam e relacionavam as anteriores - Intimidade e Compromisso Pessoal.

³⁴ Sintetizada nos capítulos correspondentes à Revisão de Literatura deste relatório.

A Intimidade – que denominámos categoria nodal de 1.^a ordem – integrava as categorias Auto-Revelação/Partilha, Apoio Emocional, Confiança, Mutualidade, Interdependência, Sexualidade, e Percepção dos Sentimentos, as quais, por sua vez, incluíam outras categorias de nível inferior de abstracção referentes a processos afectivos, cognitivos e operativos.

O Compromisso Pessoal³⁵ – que denominámos categoria nodal de 2.^a ordem – surgiu como a categoria mais abstracta, integrando a Intimidade e outras categorias de nível inferior de abstracção referentes a processos afectivos e cognitivos – Consideração de Alternativas, Ideias de Ruptura, e Expectativas³⁶.

Esta etapa que consideramos de “re-descoberta” conceptual, obrigou-nos a reformular o *puzzle* que propusemos como metáfora, concebendo-o, agora, como um *puzzle* de peças que se inserem umas nas outras. Este encaixe por inserção, ao invés, de por interface, pretende dar uma ideia mais aproximada de que os processos afectivos Intimidade e Compromisso Pessoal são, por hipótese, factores nodais, enquanto classes mais abrangentes que contêm outras classes menos abrangentes, e assim sucessivamente, até se chegar aos elementos mais concretos. O que nos parece em conformidade com o conceito de *holon* de Minuchin (1981), bem como com a complexidade dialéctica entre o singular e o todo que refere

³⁵ Consideramos apenas o Compromisso Pessoal, e não o Compromisso Estrutural e o Compromisso Moral, uma vez que, na recolha de dados, não procurámos informações detalhadas que nos possibilitassem uma análise aprofundada destes últimos.

³⁶ Em rigor, as expectativas não deveriam ser consideradas isoladamente, dado que já estão integradas na Confiança que, por sua vez, é um elemento da Intimidade, sendo esta um elemento do Compromisso Pessoal. Contudo, optámos por destacar esta variável – correndo o risco de uma redundância, e portanto, de menor rigor conceptual – dada a sua relevância para a avaliação do Compromisso Pessoal.

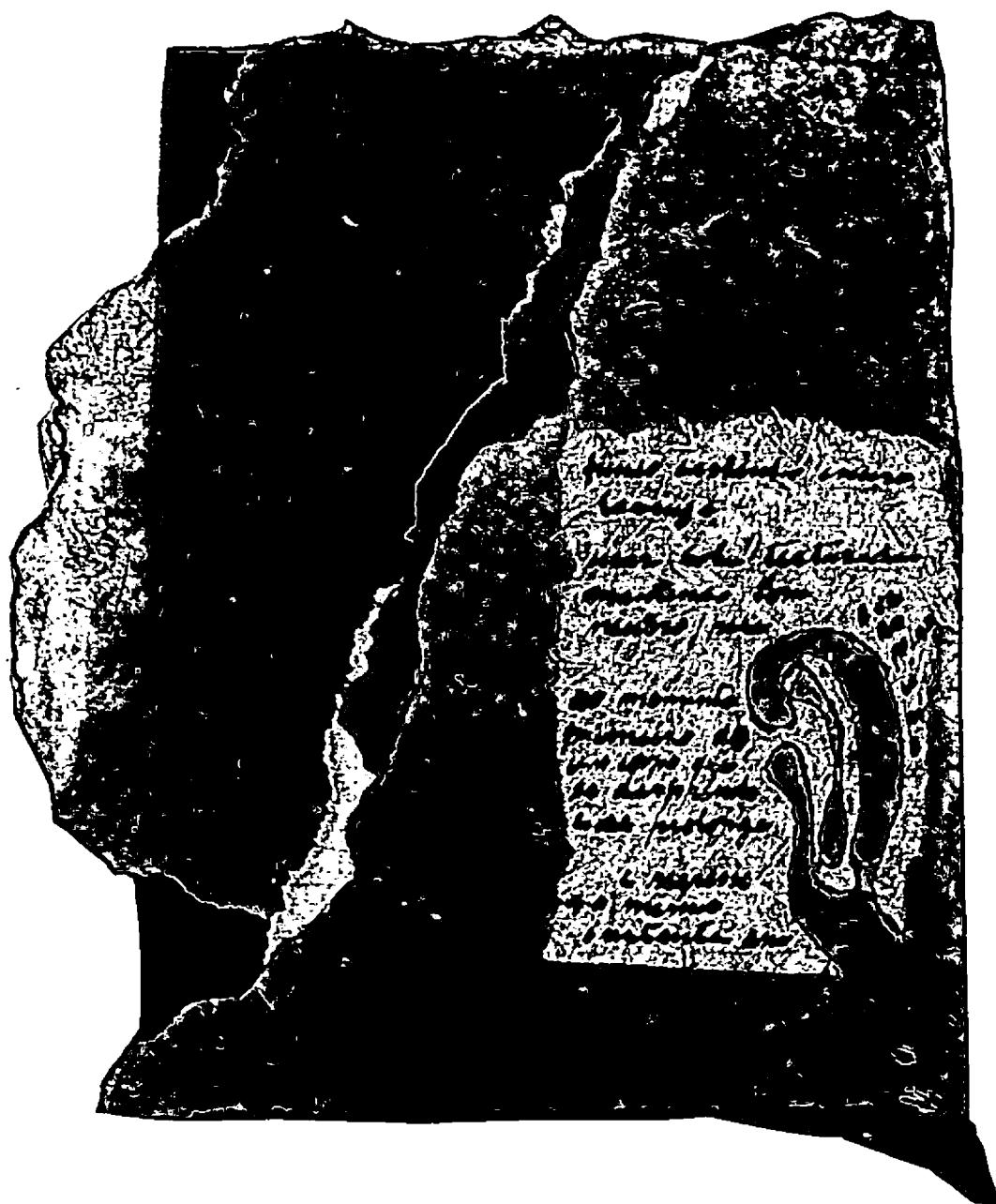
Diagrama de uma pirâmide de aprendizagem, onde a base representa o nível Operativos e o topo representa o nível Psicomotor. A pirâmide é dividida em quatro níveis: Operativos (base), Cognitivos, Afetivos e Psicomotor (topo). A pirâmide está inserida em um retângulo com as seguintes rotulações: Tempo (topo), PESSOAIS (lado esquerdo), CONTEXTO (lado direito) e DEMOGRÁFICOS (fundo).

Parte II – Estudo Empírico
Capítulo 9 Discussão dos Resultados

Deste processo emergem, então, como hipóteses teóricas fundamentais:

- a centralidade da Intimidade e do Compromisso, ou seja, dos Processos Afectivos na Conjugalidade;
- a necessidade de uma perspectiva de complexidade no estudo da conjugalidade, fugindo à alternativa entre o pensamento redutor, simplista, limitado ao estudo dos elementos, e o pensamento globalista que apenas considera o todo. (Morin, 1984).

Qualquer uma destas hipóteses revela, então, a necessidade de se ultrapassarem dois dos limites apontados na literatura científica ao estudo da conjugalidade: a pouca relevância conferida aos processos afectivos, e particularmente aos sentimentos, quando comparada com a importância que tem sido atribuída aos processos cognitivos e aos processos operativos e comportamentais; o excesso de estudos fragmentados sobre conjugalidade, não considerando a articulação entre os vários processos a ela inerentes.



"momento primeiro de um corpo
que se desprende"
Colagem s/ Tela

25 x 20 cm

1997

CONCLUSÃO OU CONSIDERAÇÕES ÚLTIMAS

“Conclusões” não nos parece o termo mais correcto. Por isso, acrescentamos “Considerações Últimas”. “Concluir” significa “pôr um fim a”. E o final que, aqui, se desenha, não é senão um ponto, algures num processo que se pretende circular evolutivo, onde os “finais” mais não são que patamares para novos inícios.

Assim, este capítulo último pretende ser um momento de reflexão sobre o processo de investigação realizado, e sobre os resultados encontrados.

A nossa finalidade, com este estudo, é a de contribuir para o enriquecimento do conhecimento sobre conjugalidade, através de uma compreensão mais aprofundada da natureza da satisfação conjugal.

Partimos, pois, de uma extensa revisão da literatura sobre o tema, e realizámos uma síntese, organizando-a de acordo com os factores considerados influentes na satisfação conjugal. Tal organização implicou uma reflexão particular, uma vez que a literatura, na generalidade, revela um forte emaranhamento conceptual, o que é, aliás, alvo de críticas por parte de vários autores.

Assim, e procurando, tanto quanto possível, contribuir para um aperfeiçoamento do rigor conceptual, distinguimos três tipos de factores influentes na satisfação conjugal - Factores Centrípetos, Factor Tempo ou Percurso de Vida Conjugal, e Factores Centrífgos. Porém, não podemos

deixar de salientar que tal distinção é, simultaneamente, inevitável e artificial, remetendo para a noção de *unitas multiplex* de Morin (1994), de acordo com a qual “o todo é, efectivamente, uma macro-unidade, mas as partes não estão fundidas ou confundidas nele; têm uma dupla identidade, uma identidade própria que permanece (portanto, não é redutível ao todo) e uma identidade comum, a da sua cidadania sistémica (...) um sistema não é só uma constituição da unidade a partir da diversidade, mas também uma constituição da diversidade (interna) a partir da unidade (...)” (Morin, 1994, p.201).

Considerámos Factores Centrípetos aqueles que são gerados mais directamente pela relação conjugal, e que dela são geradores, e incluímos os Processos Afectivos, os Processos Operativos ou Comportamentais, e os Processos Cognitivos.

Os Processos Afectivos dizem respeito aos Sentimentos, à Intimidade e ao Compromisso; os Processos Operativos ou Comportamentais referem-se a processos vários, tais como a Comunicação, os Conflitos, a Resolução de Conflitos, e o Controlo Relacional; os Processos Cognitivos incluem os Pressupostos e Padrões, as Percepções, as Atribuições, e as Expectativas.

Definimos Factores Centrífugos como aqueles que são mais periféricos relativamente ao *holon* conjugal, muito embora o influenciem, e sofram também a sua influência. Incluímos, aqui, os Factores Pessoais, os Factores Contextuais, e os Factores Demográficos.

O Factor Tempo ou Percurso de Vida Conjugal, onde se inclui, por exemplo, o tempo de duração do casamento, as etapas normativas, e os acontecimentos de vida ditos não normativos, afecta, quer os Factores Centrípetos, quer os Factores Centrífugos, e é por estes afectado.

Partindo desta distinção - a qual é, em si mesma, artificial, dado o seu carácter interactivo -, propusemos e desenvolvemos uma hipótese teórica de concepção sistémica de satisfação conjugal, à qual é inerente uma natureza não linear, complexa e dinâmica. De tal natureza, decorre o pressuposto de que é impossível compreender as partes sem conhecer o todo, bem como compreender o todo sem conhecer as partes.

Assim, e por hipótese, a compreensão da conjugabilidade, e da satisfação conjugal em particular, exige a análise das partes - Factores Centrípetos, Factor Tempo ou Percurso de Vida Conjugal, e Factores Centrífugos -, e das suas inter-relações (todo).

Saliente-se, ainda, a importância de, na análise da satisfação conjugal do casal (todo), se considerar a avaliação de cada um dos cônjuges (partes).

O estudo empírico realizado tem, portanto, os seus alicerces nesta concepção sistémica, e por isso mesmo, tentámos, delinear uma metodologia congruente com tal perspectiva de complexidade sistémica.

Definimos dois objectivos gerais - compreender a natureza complexa e não linear da satisfação conjugal numa amostra de casais que se avaliavam *a priori* como satisfeitos, e conceber e utilizar um sistema de avaliação - também ele complexo, que permitisse captar a dialéctica entre todo e partes - da qualidade e da satisfação conjugal.

Uma vez que se procurava, sobretudo, a compreensão de processos e significados, mais do que de acontecimentos ou situações descontextualizados e fragmentados, optou-se por uma investigação qualitativa, enquadrada num paradigma Pós-Positivista, utilizando-se uma metodologia qualitativa - *grounded theory* com estudo comparativo de casos - com recurso a métodos predominantemente qualitativos, mas também quantitativos, de recolha e análise dos dados.

Síntese dos Resultados da Investigação

Partindo das questões de investigação, e das hipóteses prévias que colocámos, pretendemos, aqui, salientar as conclusões relativas aos resultados que nos merecem especial relevo.

A Metodologia

Pareceu-nos fundamental que o estudo empírico se alicerçasse numa metodologia, tanto quanto possível, congruente com uma perspectiva de complexidade sistémica da qualidade e satisfação conjugal.

Por este motivo, optámos por uma recolha de dados em duas fontes - marido e esposa -, e decidimos procurar informações relativas a todos os factores influentes na satisfação conjugal, em particular os mais directamente centrados na relação - Factores Centrípetos.

No sistema de análise que concebemos e utilizámos, considerámos, então, os dados oriundos de cada um dos cônjuges (partes), sem deixar, em simultâneo, de tomar o casal como um todo.

Também em relação aos focos da análise - Factores Centrípetos -, procurámos ter subjacente a noção de que é impossível compreender as partes sem conhecer o todo, bem como entender o todo sem conhecer as partes (Morin, 1994).

Assim, tomámos os processos relativos aos factores centrípetos como *holons*, e, tendo como suporte a revisão de literatura realizada, e as próprias entrevistas, classificámos os dados em categorias mínimas, ou seja, as unidades mais concretas, as quais denominámos *variáveis ou categorias de primeira ordem*. Da interacção entre estas - cada uma delas considerada elemento concreto de um dos três processos - afectivos, comportamentais ou operativos, e cognitivos - surgiram, então, as designadas *variáveis ou*

categorias de segunda ordem. A interacção entre estas e as de primeira ordem conduziu-nos às *variáveis ou categorias de terceira ordem*, e assim sucessivamente, até às que designámos por *variáveis ou categorias de quinta ordem*. Esta teia, entretecida por inter-relações entre as diversas variáveis, fez emergir duas *variáveis ou categorias nodais de primeira e segunda ordem* - intimidade e compromisso pessoal -, sendo que este último corresponde ao nível de maior abstracção.

Verificámos, então, que esta teia categorial interactiva nos levaria, por um lado, a um maior rigor conceptual, conferindo maior nitidez aos contornos e às fronteiras entre conceitos; e, por outro lado, à hipótese emergente de que os processos afectivos são nodais para a compreensão da conjugabilidade, ainda que a compreensão daqueles exija a permanente consideração dos processos comportamentais ou operativos e dos processos cognitivos.

Pensamos, pois, que o sistema de análise que utilizámos, permitiu, de algum modo, revelar a complexidade sistémica inerente à conjugabilidade, traduzindo uma circularidade interactiva entre todo e partes.

A revisão da literatura levou-nos a um “encontro” com uma perspectiva dialéctica e não dualista de satisfação conjugal (Fincham, Beach, & Kemp-Fincham, 1997; Gottman, & Silver, 2000), o que nos incentivou a enveredar por uma linha de investigação que espelhasse tal perspectiva. Assim, procurámos analisar as Percepções Globais - elemento dos Processos Cognitivos -, não de uma forma dualista e bipolar; mas, sim, considerando como independentes Percepções Positivas e Percepções Negativas. De tal sistema de análise - e a partir da quantificação percentual das percepções positivas e das percepções negativas - emergiram dezasseis padrões de percepção, os quais organizámos em três categorias de padrões:

maior proporção de percepções positivas do que negativas, proporção semelhante de percepções positivas e negativas, menor proporção de percepções positivas do que negativas.

Esta análise, e ainda o facto de considerarmos o alvo das percepções (relação, parceiro e si), bem como a consideração de diversas áreas da vida conjugal (gestão doméstica, gestão financeira, tempos livres, privacidade/autonomia, filhos, família de origem, profissão, rede social, sentimentos e expressão de sentimentos, intimidade emocional, sexualidade, e continuidade da relação), possibilitou-nos a compreensão do carácter dialéctico da satisfação, onde satisfações e insatisfações se conjugam e entretecem em diferentes momentos e domínios, o que procurámos traduzir pela afirmação - que, aliás, constituiu o mote para o tema do trabalho - “conjugalidades satisfeitas mas não perfeitas”.

Este sistema de análise, ao considerar permanentemente todo e partes, e ao investigar o carácter dialéctico da conjugabilidade, permitiu-nos “des-cobrir”, em cada casal, zonas de força e de fragilidade ao nível da qualidade e da satisfação conjugal. Assim, foi possível detectar, entre os casais da nossa amostra que, *a priori*, se consideravam satisfeitos, alguns que se encontravam, por hipótese, num processo de mudança negativa da qualidade e da satisfação conjugal (Fincham, Beach, & Kemp-Fincham, 1997), enquadrando-se já na situação de “cascata para a ruptura” (Gottman, & Silver, 2000).

Pensamos que este sistema de análise, que possibilita o despiste de “casais de risco”, deverá ser mais investigada e aperfeiçoada, podendo constituir um contributo importante não apenas para a investigação, mas também para a área clínica, quer ao nível da prevenção, quer ao nível da intervenção terapêutica.

A nossa metodologia, apesar de qualitativa, incluiu também métodos quantitativos de recolha e análise dos dados. A informação obtida através das escalas é, naturalmente, muito diferente da que se recolhe através das entrevistas. No entanto, e apesar dos limites que já referimos relativamente às escalas que usámos, queremos salientar a sua utilidade, quer porque permitem delinear padrões gerais, os quais podem, posteriormente, ser explorados com maior detalhe em entrevista, quer porque constituem também índices orientadores de uma posterior pesquisa mais aprofundada, no sentido de distinguir pontos de força e de fragilidade dos casais.

Processos Operativos ou Comportamentais

Nos casais considerados como *grupo sem risco*, os quais apresentam índices mais elevados de qualidade e de satisfação conjugal, verificou-se o seguinte padrão: quantidade de comunicação verbal predominantemente moderada, frequência de conflitos baixa, intensidade ligeira de conflitos, resolução eficaz dos conflitos, processo de tomada de decisões predominantemente participativo ou consultivo, distribuição de tarefas predominantemente equitativa.

A estes processos operativos encontra-se associada uma percepção positiva, o que se traduz por um padrão de qualidade positiva da comunicação e de equidade elevada ao nível do controlo relacional.

Saliente-se que, nos *casais de risco*, a percepção sobre a tomada de decisões é também positiva, o que pode significar que este é ainda um factor de equilíbrio em tais casais.

Processos Afectivos

Nos casais considerados como *grupo sem risco*, verificou-se o seguinte padrão: designação dos sentimentos como Amor, Intensidade dos sentimentos predominantemente muito forte, evolução dos sentimentos predominantemente positiva, raras queixas relativas aos sentimentos, percepção positiva dos sentimentos, queixas pouco frequentes relativamente à expressão de sentimentos, percepção predominantemente positiva sobre a expressão dos sentimentos, sobre a qualidade da empatia, sobre o respeito pela privacidade, sobre a qualidade da sexualidade, sobre a frequência das relações sexuais, identidade de casal elevada, similitude predominantemente elevada, ajustamento predominantemente fácil, predominância de não consideração de alternativas, predominância de ausência de ideias de ruptura ou de ideias de ruptura não perturbadoras da relação.

Note-se que, nos *casais de risco*, se verificou também: designação dos sentimentos como Amor, queixas pouco frequentes relativas aos sentimentos, percepção predominantemente positiva dos sentimentos, predominância de não consideração de alternativas. Tal pode significar que estas constituem as zonas de força destes casais aos nível dos processos afectivos, as quais, por sua vez, poderão desencadear o fenómeno de inundação afectiva e, conseqüentemente, gerar uma avaliação global da relação ainda ao nível da positividade na satisfação.

Processos Cognitivos

Nos casais considerados como *grupo sem risco*, verificou-se o seguinte padrão: maior proporção de percepções positivas sobre a relação, e sobre a relação e parceiro, do que de percepções negativas, com percepções

positivas predominantemente elevadas, e percepções negativas predominantemente mínimas; percepções negativas mínimas sobre o parceiro; expectativas positivas.

A proporção de percepções positivas relativamente às percepções negativas foi considerada, por hipótese, um forte índice de satisfação conjugal, sendo esta definida como um processo de avaliação pessoal e subjectiva sobre o casamento (Thompson, 1988). As correlações encontradas com os resultados da *EASAVIC* - Escala de Avaliação da Satisfação em Áreas da Vida Conjugal - reforçam esta nossa hipótese teórica.

Interactividade dos Processos - A Visão do Todo

A metodologia de análise dos dados e os resultados encontrados, como já referimos, evidenciam a marcada interactividade entre os processos considerados (e entre os subprocessos que os constituem), deixando transparecer os Processos Afectivos Intimidade e Compromisso Pessoal como factores nodais da conjugalidade, e da satisfação em particular, sendo classes mais abrangentes de outras classes; e assim sucessivamente, até à inclusão de elementos mais concretos. Assim sendo, a Intimidade e o Compromisso Pessoal, enquanto processos mais abrangentes, incluem sistematicamente os Sentimentos (também Processos Afectivos), os Processos Comportamentais ou Operativos, e os Processos Cognitivos, os quais são, pois, fundamentais na avaliação de Intimidade e do Compromisso Pessoal.

Nos casais considerados como *grupo sem risco*, verificou-se o seguinte padrão: qualidade positiva da Comunicação; Equidade elevada, qualidade positiva da Auto-Revelação/Partilha, do Apoio Emocional,

Confiança predominantemente positiva, qualidade positiva da Mutualidade, qualidade predominantemente positiva da Interdependência, qualidade predominantemente positiva da Intimidade, e Compromisso Pessoal predominantemente forte.

Satisfação

Na avaliação da satisfação, considerámos não apenas os resultados obtidos na *Escala de Índice Único de Avaliação da Satisfação Conjugal* e na *Escala de Avaliação da Satisfação em Áreas da Vida Conjugal*, mas, sobretudo, os resultados encontrados na análise das Percepções Globais. A relevância atribuída às Percepções Globais como forte indicador de satisfação, parte, dissemo-lo já anteriormente, da tese de Thompson (1988) de que a a satisfação resulta de uma avaliação subjectiva e pessoal do casamento. Se considerarmos a origem etimológica do termo *satisfação* - *Facere Satis*, que significa *Fazer Bastante* -, facilmente podemos depreender a importância de se considerar tal “avaliação pessoal e subjectiva”, a qual está, inevitavelmente, imbuída de processos cognitivos, particularmente das percepções de cada cônjuge relativamente ao parceiro e à relação.

Embora todos os casais da amostra se considerassem, *a priori*, satisfeitos, verificámos, sobretudo a partir dos resultados relativos às percepções globais, que o *grupo sem risco* se distinguia do *grupo de risco*, apresentando, aquele, índices mais elevados de satisfação.

Género Sexual

Não se encontraram diferenças de género relevantes nas diversas variáveis consideradas. Tal é consonante, particularmente no *grupo sem risco*, com a elevada sintonia observada entre os casais. As raras diferenças de género podem ser explicadas pelo facto dos casais terem uma forte identidade conjugal, o que, não aumentando necessariamente a similitude entre os cônjuges, pode aumentar a sintonia.

Pensamos que o próprio sistema de análise utilizado se centrou muito mais na sintonia do que na semelhanças ou diferenças entre os cônjuges, o que pode também explicar as raras diferenças de género.

Tempo ou Percurso de Vida Conjugal

Uma vez que também pretendíamos estudar a natureza da satisfação conjugal em função do tempo de casamento, seleccionámos a amostra de modo a constituir três grupos etários de casamento: mais de treze anos, entre sete e treze anos, e menos de sete anos de casamento.

Uma vez que o nosso estudo revelou um grupo maioritário de casais com índices mais elevados de satisfação e qualidade conjugal - o qual denominámos por *grupo sem risco* -, e um grupo minoritário com índices menos elevados - o qual designámos por *grupo de risco* -, julgámos pertinente analisar as diferenças não só na totalidade da amostra, mas também considerando apenas o *grupo sem risco*.

No que se refere ao tempo de casamento, e considerando a globalidade da amostra, verificou-se que é no grupo de casais mais novos (tempo de casamento inferior a 7 anos) que se encontram mais casais considerados *de risco*.

Na totalidade da amostra, e na análise das diversas variáveis, constatou-se que são os casais mais velhos (tempo de casamento superior a 13 anos) que apresentam, em diversas variáveis, mais índices positivos de qualidade e satisfação conjugal, e são os casais mais novos que apresentam menos índices positivos. Tal é consonante com os estudos que sugerem que o investimento na relação ao longo dos anos, a quantidade e qualidade de experiências partilhadas, o aumento do conhecimento mútuo, a criação de um mundo partilhado, ou seja, o aumento da identidade conjugal são geradores de maior qualidade e satisfação (Glenn, 1998; Heaton, & Albrecht, 1991; Veroff, & Holberg, 1993).

Considerando apenas os casais *sem risco*, verificou-se que não existem muitas diferenças em função do tempo de casamento - sendo que, quando existem, o mais das vezes vão no mesmo sentido do da totalidade da amostra: maior positividade nos casais mais velhos comparativamente com os casais mais novos.

Pensamos que o facto de existir uma maior homogeneidade nos casais *sem risco*, independentemente do tempo de casamento, pode ser explicado por uma regulação destes casais pelos Sete Princípios que, de acordo com Gottman (Gottman, & Silver, 2000), estão presentes em casais emocionalmente inteligentes que caminham rumo ao sucesso conjugal.

A Avaliação da Investigação

O Processo de Validação Interna e a Transferibilidade

Tendo em conta os critérios de avaliação num estudo predominantemente qualitativo, consideramos que, na generalidade, e apesar dos limites que, mais adiante, referiremos, estes foram cumpridos.

Assim, e relativamente à validação interna do processo e dos resultados da investigação:

- Pensamos ter existido um cuidado particular na consistência entre as opções relativas aos métodos de recolha e análise, as questões de investigação, e as explicações desenvolvidas a partir dos resultados encontrados. São reflexo deste cuidado, a utilização de entrevistas semiestruturadas, a escolha reflectida dos conteúdos a questionar, o teste do guião em várias entrevistas prévias, e o modo de selecção da amostra;

- Procurámos triangular dados, ao investigar a satisfação de cada casal, recolhendo dados de ambos os cônjuges; existiu triangulação de métodos, na medida em que se utilizaram métodos qualitativos e quantitativos de recolha de dados, se analisaram dados quantitativos a partir de um método qualitativo, e se complementou a análise qualitativa dos dados com análises quantitativas; existiu alguma triangulação de investigadores, dado que as entrevistas foram realizadas por dois entrevistadores;

- Utilizou-se o método de comparação contínua e de indução analítica;

- Regularmente, consultaram-se pares e especialistas não envolvidos directamente no processo de investigação, o que permitiu uma

discussão flexível e informal dos métodos de análise e dos resultados encontrados;

- Nalguns casos, apresentou-se aos entrevistados as interpretações do investigador para que estes as pudessem avaliar;

- Procurou-se, permanentemente, uma articulação entre teorias prévias, resultados e hipóteses emergentes, analisando a sua consonância ou divergência;

- Tanto quanto possível, procurou-se que o relatório escrito fornecesse informações detalhadas do processo de investigação.

Quanto ao grau de generalização dos resultados encontrados, e tratando-se de uma investigação qualitativa, não fariam sentido generalizações a partir da amostra para uma população mais vasta. O que é pertinente, isso sim, é uma generalização à teoria através da análise dos dados - generalização analítica -, ou seja a “transferibilidade” de descobertas de um contexto para outro, desde que tais contextos sejam comparáveis (Lincoln, & Guba, 1985; in Guba, & Lincoln, 1994).

Assim, e na nossa investigação, pensamos ter cumprido os seguintes critérios dos quais depende o grau de transferibilidade:

- A amostra orientada para a teoria permitiu seleccionar as condições que constituíam o foco do nosso estudo;

- O estudo de casos e a comparação sistemática dos dados recolhidos - intra e inter-casos -, num processo circular entre dados e teorias, que permitiu gerar questões centrais para a temática em estudo;

- A procura e o estudo mais detalhado de casos desviantes (casais pertencentes ao *grupo de risco*), enquanto “instâncias negativas”, ou seja,

unidades que refutam a teoria - indução analítica - que permitiu o enriquecimento das questões centrais para a temática em estudo;

➤ A procura de uma comparação sistemática dos dados com a literatura consonante e conflituante.

As “Fragilidades” da Investigação

Não podemos, naturalmente, deixar de salientar os aspectos negativos que, se ultrapassados, poderiam ter enriquecido a investigação:

➤ Pensamos que o estudo empírico teria sido beneficiado - quer em termos de economia de tempo, quer na delimitação das variáveis em estudo e do processo de análise, menos marcados por um processo repetitivo de tentativa e erro -, se tivesse ocorrido após a elaboração do relatório de síntese da revisão de literatura;

➤ O guião da entrevista, apesar de conter os conteúdos essenciais a serem explorados, gerou, por um lado, informação que não foi, de momento, trabalhada - tal como, atribuições, mudanças desejadas, mudanças ocorridas valor atribuído à satisfação em cada uma das áreas da vida conjugal, queixas relativas às famílias de origem e à profissão, interferência dos filhos na relação, fronteiras com família de origem, e filhos,, padrões e pressupostos sobre conjugalidade, etc. -, e, por outro lado, deveria ter permitido, a propósito de alguns conteúdos, uma informação mais aprofundada - tal como, reacções aos conflitos e estratégias de resolução de conflitos, fontes de conflitos para além das áreas referidas (por exemplo, características e hábitos do cônjuge), diferenças e semelhanças entre os cônjuges, influência mútua, valorização

da história relacional, sexualidade, ideias de ruptura, rituais, padrões de vinculação, etc.;

➤ O instrumento de avaliação dos padrões de vinculação - *Questionário de Vinculação Amorosa* -, revelou-se pouco adaptado a uma amostra de adultos casados, uma vez que se destina a ser aplicado a uma população de adolescentes e jovens adultos solteiros;

➤ A impossibilidade - dado o contexto de realização da investigação - de um trabalho em equipa, limitou, quer a triangulação de investigadores, quer a utilização de toda a informação disponível, o que seria fundamental para um estudo mais rigoroso, com maior profundidade, e, quiçá, mais holístico;

➤ O elevado número de variáveis considerados - dado que se, pretendia um estudo o menos fragmentado possível da satisfação conjugal - aumentou a extensão do trabalho, quer no que se refere à síntese da revisão de literatura, quer no que se refere à análise qualitativa dos dados;

➤ Pelo facto de se tratar de uma investigação qualitativa, com estudo de casos, a dimensão da amostra era limitada, o que impedia o recurso a métodos estatísticos que permitissem uma generalização dos resultados à população.

As “Continuidades” da Investigação

Pensamos que este estudo pode constituir o início de “continuidades” diversas. Assim, pensamos ser fundamental a continuação deste mesmo estudo numa investigação longitudinal que acompanhe o maior número possível dos casais com quem trabalhamos. Como já referimos, os estudos longitudinais são fundamentais para a compreensão do desenvolvimento não linear da conjugalidade, e dos seus momentos, e acontecimentos nodais, quer em termos de “forças”, quer em termos de “fragilidades” do casal. Estes estudos, pensamos nós, poderão ser um contributo essencial para a prática preventiva e de intervenção terapêutica.

Outra “continuidade”, e com o mesmo objectivo de contribuir não só para o aumento do conhecimento sobre a temática, mas também para a prática mais eficaz da intervenção preventiva e terapêutica - passaria pela realização de estudos desta natureza, mas que englobassem também uma amostra de casais clínicos e uma amostra de casais insatisfeitos mas não clínicos, de modo a poder efectuar-se um estudo comparativo.

A reformulação da *ESAVIC - Escala de Avaliação da Satisfação em Áreas da Vida Conjugal* - de modo a ultrapassar, tanto quanto possível, os limites que lhe são inerentes e aos quais já antes nos referimos, faz também parte das “continuidades” que perspectivamos.

A continuidade deste mesmo estudo, utilizando toda a informação disponível que não foi analisada, e cruzando-a com os resultados que, neste estudo, encontramos, é também um objectivo a cumprir num futuro próximo.

Momento Último da Escrita

Olhar para trás. Caminhos trilhados.

Acreditamos, de algum modo, ter contribuído para a compreensão - mais qualitativa e menos quantitativa - da satisfação conjugal. Talvez não seja excessiva arrogância enunciar algumas das “forças” deste trabalho: um entendimento mais claro da natureza complexa, dialéctica e dinâmica da conjugalidade, e da satisfação conjugal em particular; um entendimento específico da natureza da satisfação conjugal, e dos processos que lhe são inerentes; uma procura de maior clarificação conceptual, “desenredando” conceitos que surgem, geralmente, na literatura científica, fortemente emaranhados; a tentativa de criar e utilizar um sistema complexo de análise de dados que permitisse captar a complexidade sistémica da satisfação e qualidade conjugal; a tentativa de uma análise de dados que fosse frutífera não só no domínio da investigação, mas que tivesse utilidade ao nível da prevenção e da intervenção terapêutica.

Olhar em frente. Caminhos por trilhar.

“Assemelho-me apenas a um rapazinho a brincar na praia, distraíndo-me de vez em quando a encontrar um seixo mais liso ou uma concha mais bela que o habitual, enquanto o grande oceano da verdade se estende, todo por descobrir, à minha frente”.

(Newton, in Conveney, & Highfield, 1990)

BIBLIOGRAFIA

Acitelli, L. K. (1996). The neglected links between marital support and marital satisfaction. In G. R. Pierce, B. R. Sarason, & I. G. Sarason (eds.), *Handbook of Social Support and the Family* (83-103). New York: Plenum Press.

→ Acitelli, L. K., & Antonucci, T. C. (1994). Gender differences in the link between marital support and satisfaction in older couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 688-698.

Acitelli, L. K., Douvan, E., & Veroff, J. (1993). Perceptions of conflict in the first year of marriage: How important are similarity and understanding? *Journal of Social and Personal Relationships*, 10, 5-19.

Acitelli, L. K., Duck, S. (1987). Postscript: Intimacy as the proverbial elephant. In D. Perlman, S. Duck (Eds.), *Intimate Relationships- Development, Dynamics, and Deterioration* (297-308). Newbury Park: Sage Publication.

Acitelli, L. K., Rogers, S., & Knee, C.R. (1999). The role of identify in the link between relationship satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 16, 5, 591-618.

Adams, J. M., & Jones, W. H. (1997). The conceptualization of marital commitment: An integrative analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72, 5 1177-1196.

Agnew, R. C., Van Lange, P. M., Rusbult, C. E. & Langston, C. A. (1998). Cognitive interdependence: Commitment and the mental representation of relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 4, 939-954.

Almeida, D., Maggs, J. & Galambos, N. L. (1993). Wives? Employment hours and spousal participation in family work. *Journal of Family Psychology*, 7, 233-244.

Amato, P. R. (1996). Explaining the intergenerational transmission of divorce. *Journal of Marriage and the Family*, 58, 628-640.

Apt, C. Hurlbert, D. F., & Clark, K. J. (1994). Neglected subjects in sex research: A survey of sexologists. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 20, 3, 237-243.

Aron, A., Aron, E. N., Tudor, M. & Nelson, G. (1991). Close relationships as including other in the self. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 2, 241-253.

Aron, A., Henkemeyer, L., (1995), Marital satisfaction and passionate love. *Journal of Social and Personal Relationships*, 12, 1, 139-146.

Aron, A. Norman, C. C., Aron, E. N., McKenna, C., & Heyman, R. E. (2000). Couples' shared participation in novel and arousing activities and experienced relationships quality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 2, 273-284.

Aron, A., Aron, E. N., & Smollan, D. (1992). Inclusion of other in the self scale and the structure of interpersonal closeness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 4, 596-612.

Arrellano, C. M., & Markman, H. J. (1995). The managing affect and differences scales (MADS): A self-report measure assessing conflict management in couples. *Journal of Family Psychology*, 9, 3, 319-334.

Attridge, M., Bersheis, E., & Simpson, J. A. (1995). Predicting relationship stability from both partners versus one. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 2, 254-268.

Badinter, E. (1989). *Um é o Outro*. Lisboa: Relógio d'Água.

Barnes, M. L., Sternberg, R. J. (1997). A hierarchical model of love and its prediction of satisfaction in close relationships. In R. J. Sternberg, & M. Hojjat (Eds.), *Satisfaction in Close Relationships*, (79-101). New York: The Guilford Press

Bartholomew, K., (1990). Avoidance of intimacy: an attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7, 147-178.

Bartholomew, K., (1994). Assessment of individual differences in adult attachment. *Psychological Inquiry*, 5, 1, 23-27.

Bartholomew, K., Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a Four-Category Model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 2, 226-244.

Bateson, G. (1987). *Natureza e Espírito*. Lisboa: Publicações Dom Quixote.

Bateson, G. (1989). *Metadialogos*. Lisboa: Gradiva.

Baucom, D. (1987). Attributions in Distressed Relations: How Can We Explain Them?. In D. Perlman; S. Duck (Eds.). *Intimate Relationships- Development, Dynamics, and Deterioration* (177-206). Newbury Park: Sage Publication.

Baucom, D. H. (1995). A new look at Sentiment Override - Let's not get carried away yet: Comment on Fincham et al (1995). *Journal of Family Psychology*, 9, 1, 15-18.

Baucom, D. H., Epstein, N. (1990), *Cognitive Behavioral Marital Therapy*. New York: Brunner/Mazel.

Baucom, D., Epstein, N., Daiuto, A., Carels, R., & Burnett, C. (1996). Cognitions in marriage: The relationship between standards and attributions. *Journal of Family Psychology*, vol. 10, 2, 209-222.

Baucom, D. H., Epstein, N., Rankin, D. A. & Burnett, C. K. (1996). Assessing relationship standards: The inventory of specific relationship standarts. *Journal of Family Psychology*, 10, 1, 72-88.

Baucom, D. H., Epstein, N., Sayers, S., & Sher, T. G. (1989). The Role of cognitions in marital relationships: Definitional, methodological, and conceptual issues. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 57, 1, 31-38.

Baucom, D. H., Notarius, C. I., Burnett, C. H., & Haefner, P. (1990). Gender differences and sex-role identity in marriage. In F. D. Fincham, & T. N. Bradbury, *The Psychology of Marriage* (150-171). London: The Guilford Press.

Baumeister, R. F., Wotman, S. R. (1992). *Breaking Hearts: The Two Sides of Unrequited Love*. New York: The Guilford Press.

Baumeister, R. F., Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117, 3, 497-529.

Baxter, L. A., Erbert, L. A. (1999). Perceptions of dialectical contradictions in turning points of development in heterosexual romantic relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 16, 5, 547-569.

Baxter, L. A., & Montgomery, B. M. (1997). Rethinking communication in personal relationships from a dialectical perspective. In S. Duck (Ed.), *Handbook of Personal Relationships* (325-349). New York: Wiley.

Beach, S. R. H., & Tesser, A. (1988). Love in Marriage: A Cognitive Account. In R. Sternberg, & M. Barnes (Eds.), *The Psychology of Love*, (330-355). New York: Yale University.

Beach, S. R. H., Davey, A. & Fincham, F. D. (1999). The time has come to talk of many things: A commentary on Kurdek (1998) and the emerging field of marital processes in depression. *Journal of Family Psychology*, 13, 4, 663-668.

Beach, S. R. H., Fincham, F. D., Katz, J., & Bradbury, T. N. (1996) Social support in marriage - A cognitive perspective. In G. R. Pierce, B. R. Sarason, & I. G. Sarason (eds.), *Handbook of Social Support and the Family* (43-65). New York: Plenum Press.

Beach, S. R. H., Tesser, A., Mendolia, M., Anderson, P., Crelia, R., Whitaker, D., & Fincham, F. D. (1996). Self-Evaluation maintenance in marriage: Toward a performance ecology of the marital relationship. *Journal of Family Psychology*, 10, 4, 379-396.

Beck, A. (1988). *Love is Never Enough*. New York: Harper Perennial.

Belsky, J. (1990). Children and marriage. In F. D. Fincham, & T. N. Bradbury (Eds.), *The Psychology of Marriage* (172-200). London: The Guilford Press.

Benin, M. H., & Agostinelli, J. (1988). Husbands and wives satisfaction with division of labor. *Journal of Marriage and the Family*, 50, 349-362.

Berscheid, E., Lopes, J. (1997). A Temporal Model of Relationship Satisfaction and Stability. In R. J. Sternberg, & M. Hojjat (Eds.), *Satisfaction in Close Relationships* (129-159). New York: The Guilford Press.

Berscheid, E., & Walster, E. (1974). A little bit about love. In T. L. Huston (ed.), *Foundations of Interpersonal Attraction* (356-381). New York: Academic Press.

Berscheid, E., Snyder, M. & Omoto, A. M. (1989). The relationship closeness inventory: Assessing the closeness of interpersonal relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 5, 792-807.

Birtchnell, J. (1986). The imperfect attainment of intimacy: A key concept in marital therapy. *Journal of Family Therapy*, 8, 153-172.

Blair, S. L., Johnson, M. P. (1992). Wives' perceptions of the fairness of the division of household labor: The intersection of housework and ideology. *Journal of Marriage and the Family*, 54, 570-581.

Blais, M. R., Boucher, C., Sabourin, S., & Vallerand, R. J. (1990). Toward a motivation model of couple happiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 5, 1021-1031.

Bodin, A. M. (1981). The interactional view: Family therapy approaches of the Mental Research Institute. In A. S. Gurman, & D. P. Kniskern (Eds.), *Handbook of Family Therapy*. New York: Brunner/Mazel.

Bogdan, R. C., Biklen, S. K. (1992). *Qualitative Research for Education*. Boston: Allyn and Bacon.

Bottomorf, J. (1997). Linking qualitative and quantitative research - New avenues for programmatic research. In J. Morse (ed.), *Completing a Qualitative Project - Details and Dialogue* (227-252). London: Sage Publications.

Bouchard, G., Wright, J., Lussier, Y., & Richer, C. (1998). Predictive validity of coping strategies on marital satisfaction: Cross-sectional and longitudinal evidence. *Journal of Family Psychology*, 12, 1, 112-131.

Bradbury, T. N., Fincham, F. D. (1990). Attributions in marriage: Review and critique. *Psychological Bulletin*, 107, 1, 3-33.

Bradbury, T. N., & Fincham, F. D. (1990). Preventing marital dysfunction: Review and analysis. In F. D. Fincham, & T. N. Bradbury (Eds.), *The Psychology of Marriage* (375-401). London: The Guilford Press.

Bradbury, T. N., & Fincham, F. D. (1992). Attributions and behavior in marital interaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 4, 613-628.

Bradbury, T. N., Fincham, F. D., Beach, S. R. H., & Nelson, G. M. (1996). Attribution and behavior in functional and dysfunctional marriages. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64, 3, 569-576.

Branden, N. (1988). A vision of romantic love. In R. Sternberg, & M. Barnes (Eds.), *The Psychology of Love*, (218-231). New York: Yale University.

Bray, J. H., & Harvey, D. M. (1992). Intimacy and individuation in young adults: Development of the young adult version of the personal authority in the family system questionnaire. *Journal of Family Psychology*, 6, 152-163.

Brennan, K. A., & Shaver, P. R. (1995). Dimensions of adult attachment, affect regulation, and romantic relationship functioning. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21, 3, 267-283.

Broderick, J. E., & O'Leary, K. D. (1986). Contributions of affect, Attitudes, and behavior to marital satisfaction. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 54, 4, 514-517.

Bryman, A., & Burgess, R. (1995). *Analysing Qualitative Data*. London: Routledge.

Buehlman, K. T., Gottman, J. M. & Katz, L. F. (1992). How a couple views their past predicts their future: Predicting divorce from an Oral History Interview. *Journal of Family Psychology*, 5, 295-318.

Buunk, B., Bringle, R. G. (1987). Jealousy in love relationships. In D. Perlman, & S. Duck (Eds.), *Intimate Relationships- Development, Dynamics, and Deterioration* (123-148.). Newbury Park: Sage Publication.

Buunk, B., van Eijnden, R. (1997). Perceived prevalence, perceived superiority, and relationship satisfaction: most relationships are good, but ours is the best. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 23, 3, 219-228.

→ Byrne, D., Murnen, S. K. (1988). Maintaining loving relationships. In R. Sternberg, M. Barnes (Eds.), *The Psychology of Love* (293-310). New York: Yale University.

Byrne, M., Carr, A. (2000). Depression and power in marriage. *Journal of Family Therapy*, 22, 408-427.

Caillé, P., (1991). *Un et un font trois: Le couple révélé à lui-même*. Paris: ESF.

Carels, R. A., Baucom, D. H. (1999). Support in marriage: Factors associated with on-line perceptions of support helpfulness. *Journal of Family Psychology*, 13, 2, 131-144.

Carter, B., & McGoldrick, M. (1989). *The Changing Life Cycle: A Framework for Family Therapy*. London: Allyn and Bacon.

Cate, R. M. Lloyd, S. A. (1992). *Courtship*. Newbury Park: SAGE Publications.

Chambel, M. J. (1998). Variáveis psicossociais na introdução de tecnologias produtivas - Oito estudos de caso na indústria cerâmica na faiança do distrito de Leiria. *Dissertação para Doutoramento em Psicologia*. Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Lisboa.

Chelune, G. J., Robison, J. T., & Kommor, M. J. (1984). A cognitive interactional model of intimate relationships. In V. J. Derlega (Ed.), *Communication, Intimacy, and Close Relationships* (11-46). Orlando: Academic Press, Inc.

Christian, J. L., O'Leary, K. D. & Vivian, D. (1994). Depressive symptomatology in maritally discordant women and men: The role of individual and relationship variables. *Journal of Family Psychology*, 8, 32-42.

Christensen, A., & Walczynsky, P.T. (1997). Conflict and satisfaction in couples. In R. J. Sternberg, M. Hojjat (Eds.), *Satisfaction in Close Relationships* (249-274). New York: The Guilford Press.

Clark, M. S., & Reis, H. T. (1988). Interpersonal processes in close relationships. *Annual Review of Psychology*, 39, 609-672.

Clements, M. L., Cordova, A. D., Markman, H. J., & Laurenceau, J-P. (1997). The erosion of marital satisfaction over time and how to prevent it. In R. J. Sternberg, & M. Hojjat (Eds.), *Satisfaction in Close Relationships* (335-354). New York: The Guilford Press.

Coble, H. M., Gantt, D. L., & Mallinckrodt, B. (1996). Attachment, social competency, and the capacity to use social support. In G. R. Pierce, B. R. Sarason, & I. G. Sarason (eds.), *Handbook of Social Support and the Family* (141-172). New York: Plenum Press.

Cohan, C. L., & Bradbury, T. N. (1997). Negative life events, marital interaction, and the longitudinal course of newlywed marriage. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 1, 114-128.

Collins, N. L., & Miller, L. C. (1994). Self-disclosure and liking: A meta-analytic review, *Psychological Bulletin*, 116, 3, 457-475.

Collins, N. J., & Read, S. J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 644-663.

Conveney, P., & Highfield, R. (1990). *A Seta do Tempo - a Descoberta de um dos maiores Enigmas da Ciência*. Lisboa: Publicações Europa-América.

Costa, M. E. (1994). *Intervenção psicológica em transições familiares: divórcio, monoparentalidade e recasamento*. Porto: Edições Asa.

Costa, M. E. (1999). *Novos Encontros de Amor*. Porto: Edinter.

Costa, M. E. (2000). Proposta integrativa do desenvolvimento da intimidade. *Provas de Agregação* (não publicado). FPCE-UP.

Cutrona, C. E. (1996). Social support as a determinant of marital quality - The interplay of negative and supportive behaviors. In G. R. Pierce, B. R. Sarason, & I. G. Sarason (eds.), *Handbook of Social Support and the Family* (173-194). New York: Plenum Press.

Damásio, A. (1995). *O Erro de Descartes - Emoção, Razão e Cérebro Humano*. Pub. Europa - América: Lisboa.

Damásio, A. (2000). *O Sentimento de Si - O Corpo, a Emoção e a Neurobiologia da Consciência*. Pub. Europa - América: Lisboa.

Dandeneau, M. L., & Johnson, S. M. (1994). Facilitating intimacy: Interventions and effects. *Journal of Marital and Family Therapy*, 20, 1, 17-33.

Davila, J., Bradbury, T. N., Cohan, C., & Tochluk, S. (1997). Marital functioning and depressive symptoms: Evidence for a stress generation model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 4, 849-861.

Davila, J., Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (1999). Attachment change processes in the early years of marriage. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 5, 783-802.

Day, H. D., St. Clair, S. A. & Marshall, D. D. (1997). Do people who marry really have the same level of differentiation of self?. *Journal of Family Psychology*, 11, 1, 131-135.

Denzin, N. K., & Lincoln, Y. S. (1994). Entering the Field of Qualitative Research. In N. K. Denzin, & Y. S. Lincoln (Eds.), *Handbook of Qualitative Research* (1-22). Thousand Oaks: Sage Publications.

Derlega, V. J. (1984). Self-disclosure and intimate relationships. In: V. J. Derlega (Ed.), *Communication, Intimacy, and Close Relationships*, (1-10) Orlando: Academic Press, Inc.

Dickson, F. (1997). Aging and marriage: Understanding the long-term, later-life marriage, In W. K. Halford, & H. J. Markman (eds.), *Clinical Handbook of Marriage and Couples Intervention* (255-269). England: Wiley.

Diehl, M. et al (1998). Adult attachment styles: Their relations to family context and personality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 6, 1656-1669.

Diener, E. (1999). Introduction to the special section on the structure of emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 5, 803-804.

Dion, K. L., & Dion, K. K. (1988). Romantic love: Individual and cultural perspectives. In R. Sternberg, & M. Barnes (Eds.), *The Psychology of Love*, (264-292). New York: Yale University.

Drigotas, S. M., & Rusbult, C. E. (1992). Should I stay or should I go? A dependence model of breakups. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62, 1, 62-87.

Duby, (1992). *Amor e Sexualidade no Ocidente*. Lisboa: Terramar.

Duck, S., & Wright, P. H. (1993). Reexamining gender differences in friendship: A close look at two kinds of data. *Sex Roles*, 28, 709-727.

Dunn, K., Croft, P., & Hackett, G. (2000). Satisfaction in the sex life of a general population sample. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 26, 141-151.

Eisenhardt, K. M. (1989). Building theories from case study research. *Academy of Management Review*, 18, 4, 532-550.

Erbert, L. A., & Duck, S. W. (1997). Rethinking satisfaction in personal relationships. In R. J. Sternberg, & M. Hojjat (Eds.), *Satisfaction in Close Relationships* (190-218). New York: The Guilford Press.

Feeney, J. A. (1999). Issues of closeness and distance in dating relationships: Effects of sex and attachment style. *Journal of Social and Personal Relationships*, 16, 5, 571-590.

Feeney, J. A., & Noller, P. (1990). Attachment style as a predictor of adult romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 2, 281-291.

Feeney, J. A., Noller, P., & Ward, C. (1997). Marital satisfaction and spousal interaction. In R. J. Sternberg, & M. Hojjat (Eds.), *Satisfaction in Close Relationships* (160-189). New York: The Guilford Press.

Fehr, B. (1988). Prototype analysis of the concepts of love and commitment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55, 4, 557-579.

Fincham, F. D., & Bradbury, T. N. (1990). Social support in marriage: The role of social cognition. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 9, 1, 31-42.

Fincham, F. D., & Bradbury, T. N. (1990). Psychology and the study of marriage. In F. D. Fincham, & T. N. Bradbury (Eds.), *The Psychology of Marriage* (1-14). London: The Guilford Press.

Fincham, F. D., & Grych, J. H. (1991). Explanation for family events in distressed and nondistressed couples: Is one type of explanation used consistently? *Journal of Family Psychology*, 4, 3, 341-353.

Fincham, F. D., & Linfield, K. (1997). A new look at marital quality: Can spouses feel positive and negative about their marriage? *Journal of Family Psychology*, 11, 4, 498-502.

Fincham, F. D., Beach, S. R., & Baucom, D. H. (1987). Attribution processes in distressed and nondistressed couples: Self-partner attribution differences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 4, 739-748.

Fincham, F. D., Beach, S. R. H., & Kemp-Fincham, S. I. (1997). Marital quality: A new theoretical perspective. In R. J. Sternberg, & M. Hojjat (Eds.), *Satisfaction in Close Relationships*, (275-306). New York: The Guilford Press.

Fincham, F. D., Bradbury, T. N., & Scott, C. K. (1990). Cognition in marriage. In F. D. Fincham, & T. N. Bradbury (Eds.), *The Psychology of Marriage* (118-149). London: The Guilford Press.

→ Fincham, F. D., Harold, G. T. & Gano-Phillips, S. (2000). The longitudinal association between attributions and marital satisfaction: Direction of effects and role of efficacy expectations. *Journal of Family Psychology*, 14, 2, 267-285.

Fincham, F. D., Garnier, P., Gano-Phillips, & S., Osborne, L. (1995). Preinteraction expectations, marital satisfaction, and accessibility: A new look at sentiment override. *Journal of Family Psychology*, 9, 3-14.

Fisher, H. (1992). *Anatomy of Love: A Natural History of Adultery, Monogamy, & Divorce*. London: Simon & Schuster.

Fitzpatrick, J., Sollie, D. L. (1999). Unrealistic gendered and relationship-specific beliefs: Contributions to investments and commitment in dating relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 16, 6, 852-867.

Fitzpatrick, M. A. (1988). *Between Husbands & Wives: Communication in Marriage*. Newbury Park: Sage Publications.

Fitzpatrick, M. A., Fey, J., Segrin, C., & Schaff, J. (1993). Internal working models of relationships and marital communication. *Journal of Language and Social Psychology*, 12, 1, 2, 103-131.

Fletcher, G. J. O., Thomas, G. & Durrant, R. (1999). Cognitive and behavioral accommodation in close relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 16, 6, 705-730.

Fletcher, G. J. O., Fincham, F. D., Cramer, L., & Heron, N. (1987). The role of attributions in the development of dating relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 3, 481-489.

Flick, U. (1998). *An Introduction to Qualitative Research*. London: Sage Publications.

Flora, Y., & Segrin, C. (2000). Affect and behavioral involvement in spousal complaints and compliments. *Journal of Family Psychology*, 14, 4, 641-657.

Floyd, F. J., Wasner, G. H., & Guenter, H. (1994). Social exchange, equity, and commitment: Structural equation modelling of dating relationships. *Journal of Family Psychology*, 8, 55-73.

Focault, M. (1994). *História da Sexualidade - II: O Uso dos Prazeres*. Lisboa: Relógio d'Água.

Forgas, J.P. (1989). *Interpersonal Behaviour - The Psychology of Social Interaction*. New York: Pergamon Press.

Forste, R., & Tanfer, K. (1996). Sexual exclusivity among dating, cohabiting, and married women. *Journal of Marriage and the Family*, 58, 33-47.

→ Fowers, B. J. (1998). Psychology and the good marriage. *American Behavioral Scientist*, 41, 4, 516-541.

Fowers, B. J., Lyons, E., & Montel, K. (1996). Positive marital illusions: Self-enhancement or relationship enhancement?. *Journal of Family Psychology*, 10, 2, 192-208.

Fowers, B. J., Applegate, B., Olson, D., & Pomerantz, B. (1994). Marital conventionalization as a measure of marital satisfaction: A confirmatory factor analysis. *Journal of Family Psychology*, 8, 1, 98-103.

Fredman, N., & Sherman, R. (1987). *Handbook of Measurements for Marriage and Family Therapy*. New York: Brunner Mazel, Inc..

Gahan, C., & Hannibal, M. (1998). *Doing Qualitative Research Using QSR Nud'Ist*. London: Sage Publications.

Genero, N. P., Miller, J. B., Surrey J., & Baldwin, L. M. (1992). Measuring perceived mutuality in close relationships: Validation of the mutual psychological development questionnaire. *Journal of Family Psychology*, 6, 36-48.

Gerlsma, C., Buunk, B. P., & Mutsaers, W. C. M. (1996). Correlates of self-reported adult attachment styles in a dutch sample of married men and women. *Journal of Social and Personal Relationships*, 13, 2, 313-320.

Giddens, A. (1996). *Transformações da Intimidade - Sexualidade; Amor e Erotismo nas Sociedades Modernas*. Oeiras: Celta.

Gleick, J. (1989). *Caos - A Construção de uma Nova Ciência*. Lisboa: Gradiva.

Glenn, N. D. (1998). The course of marital success and failure in five american 10-year marriage cohorts. *Journal of Marriage and the Family*, 60, 569-576.

Glenn, N. D. (1990). Quantitative research on marital quality in the 1980s: A critical review. *Journal of Marriage and Family*, 52, 818-831.

Glenn, N. D. (1991). The recent trend in marital success in the United States. *Journal of Marriage and the Family*, 53, 261-270.

Glenn, N. D. (2001). Is the current concern about american marriage warranted?. *Virginia Journal of Social Policy and the Law* (in press).

Glenn, N. D., & Weaver, C. N. (1981). The contribution of marital happiness to global happiness. *Journal of Marital and Family Therapy*, 43, 161-168.

Goleman, D. (1997). *Inteligência Emocional*. Lisboa: Temas e Debates

Gordon, K. C., Baucom, D. H., Epstein, N., Burnett, C. K., & Rankin, L. (1999). The interaction between marital standards and communication patterns: How does it contribute to marital adjustment?. *Journal of Marital and Family Therapy*, 25, 2, 211-223.

Gottman, J. M. (1991). Predicting the longitudinal course of marriages. *Journal of Marital and Family Therapy*, 17, 1, 3-7.

Gottman, J. M., (1993). A theory of marital dissolution and stability. *Journal of Family Psychology*, 7, 1, 57-75.

Gottman, J. M. (1998). Psychology and the study of marital process. *Annual Reviews, Psychology*, 49, 169-197.

Gottman, J. M., & Krokoff, L. (1989). Marital interaction and satisfaction: A longitudinal view. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 57, 47-52.

Gottman, J. M., & Levenson, R. W. (1999). How stable is marital interaction over time? *Family Process*, 38, 2, 159-165.

Gottman, J. M., & Levenson, R. W. (1999). What predicts change in marital interaction over time? A study of alternative models. *Family Process*, 38, 2, 143-158.

Gottman, J. M., & Silver, N. (1999). *Les Couples Heureux ont Leurs Secrets*. Paris: JCLattès.

Gottman, J. M., Coan, J., Carrere, S., & Swanson, C. (1998). Predicting marital happiness, and stability from newlywed interactions. *Journal of Marriage and the Family*, 60, 5-22.

Gove, W., Style, C., Hughes, M. (1990). The effect of marriage on the well-being of adults: A theoretical analysis. *Journal of Family Issues*, 11, 1, 4-35.

Granger, L. (1980). *La Communication Dans le Couple*, Montréal: Les Éditions de l'Homme.

Greenstein, T. N. (1996). Husbands' participation in domestic labor: Interactive effects of wives' and husbands' gender ideologies. *Journal of Marriage and the Family*, 58, 585-595.

Griffin, D., Bartholomew, K. (1994). Models of the self and other: Fundamental dimensions underlying measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 3, 430-445.

Griffin, W. (1993). Transitions from negative affect during marital interaction: Husband and wife differences. *Journal of Family Psychology*, 6, 3, 230-244.

Grunebaum, H. (1997). Thinking about romantic/erotic love. *Journal of Marital and Family Therapy*, 23, 3, 295-307.

Guba, E. G., Lincoln, Y. S. (1994). Competing paradigms in qualitative research. In N. K. Denzin, & Y. S. Lincoln (Eds.), *Handbook of Qualitative Research* (105-117). Thousand Oaks: Sage Publications.

Guerrero, L. K., & Reiter, R. L. (1998). Expressing emotion: Sex differences in social skills and communicative responses to anger, sadness, and jealousy. In D. J. Canary, & K. Dindia (eds.), *Sex Differences and Similarities in Communication - Critical Essays and Empirical Investigations of Sex Gender in Interaction*. London: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers.

Guitton, J., Antier, J-J. (1999). *O Livro da Sabedoria e das Virtudes Reencontradas*. Lisboa: Editorial Noticias.

- Guitton, J., Bogdanov, G., Bogdanov, I. (1993). *Deus e a Ciência*. Lisboa: Editorial Notícias.
- Gulotta, G. (1993). *Comédias e Dramas no Casamento*. Relógio d'Água: Lisboa.
- Gummerson, E. (1991). *Qualitative Methods in Management Research*. London: Sage.
- Gupta, S. (1999). The effects of transitions in marital status on men's performance of housework. *Journal of Marriage and the Family*, 61, 700-711.
- Haddock, S. A., Zimmerman, T. S. & MacPhee, D. (2000). The power equity guide: Attending to gender in family therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*, 26, 2, 153-170.
- Haley, J. (1978). *Nouvelles Stratégies en Psychothérapie*. Paris: Jean-Pierre Delarge.
- Haley, J. (1986). *Uncommon Therapy*. New York: W. W. Norton & Company.
- Halford, W.K., & Bouma, R. (1997). Individual psychopathology and marital distress, In W. K. Halford, & H. J. Markman (eds.), *Clinical Handbook of Marriage and Couples Intervention*, (291-321). England: Wiley.
- Halford, W.K., & Sanders, M., (1990). The relationship of cognition and behavior during marital interaction. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 9, 4, 489-514.
- Halford, W. K., Kelly, A., & Markman, H. J. (1997). The concept of a healthy marriage, In W. K. Halford, & H. J. Markman (eds.), *Clinical Handbook of Marriage and Couples Intervention* (3- 12). England: Wiley.
- Harvey, J. H. (1987). Attributions in close relationships: Research and theoretical developments. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 5, 4, 420-434.
- Hatfield, E. (1984). The dangers of intimacy. In V. J. Derlega (Ed.), *Communication, Intimacy, and Close Relationships* (207-220). Orlando: Academic Press, Inc.
- Hatfield, E. (1988). Passionate and companionate love. In R. Sternberg, & M. Barnes (Eds.), *The Psychology of Love* (191-217). New York: Yale University.
- Hatfield, E., & Rapson, R. L. (1993). *Love, Sex, and Intimacy - Their Psychology, Biology, and History*. New York: Harper Collins College Publishers.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 3, 511-524.
- Heaton, T. B. (1991). Time-related determinants of marital dissolution. *Journal of Marriage and the Family*, 53, 285-295.
- Heaton, T. B., & Albrecht, S. L. (1991). Stable unhappy marriages. *Journal of Marriage and the Family*, 53, 747-758.

- Heller, P. E., & Wood, B. (1998). The process of intimacy: Similarity, understanding and gender. *Journal of Marital and Family Therapy*, 24, 3, 273-288.
- Hendrick, S. (1981). Self-disclosure and marital satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 40, 1150-1159.
- Hendrick, S. S., & Hendrick, C. (1992). *Romantic Love*. Newbury Park: Sage Publications.
- Hendrick, S. S., & Hendrick, C. (1997). Love and Satisfaction. In R. J. Sternberg, & M. Hojjat (Eds.), *Satisfaction in Close Relationships* (56-78). New York: The Guilford Press.
- Hendrick, S. S., Hendrick, C. & Adler, N. (1988). Romantic relationships: Love, satisfaction, and staying together. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 6, 980-988.
- Hendrick, C., Hendrick, S., Foote, F. H., & Slapion-Foote, M. (1984). Do men and women love differently?. *Journal of Social and Personal Relationships*, 1, 177-195.
- Henggeler, S. W., Edwards, J. J., Hanson, C. L., & Okwumabua, T. M. (1998). The psychosocial functioning of wife-dominant families. *Journal of Family Psychology*, 2, 2, 188-211.
- Hinde, R. A. (1984). Why do the sexes behave differently in close relationships?, *Journal of Social and Personal Relationships*, 1, 471-501.
- Hojjat, M. (1997). Philosophy of Life as a Model of Relationship Satisfaction. In R. J. Sternberg, & M. Hojjat, (Eds.), *Satisfaction in Close Relationships* (102-128). New York: The Guilford Press.
- Holzworth-Munroe, A., & Jacobson, N. S. (1991). Behavioral marital therapy. In A. S. Gurman, & D. P. Kniskern (Eds), *Handbook of Family Therapy* (96-133). New York: Bruner/Mazel.
- Horneffer, K. J., & Fincham, F. D. (1995). Construct of attributional style in depression and marital distress. *Journal of Family Psychology*, 9, 186-195.
- Horowitz, J. A. (1999). Negotiating couplehood: The process of resolving the December dilemma among interfaith couples. *Family Process*, 38, 3, 303-323.
- Horwitz, A. V., White, H. R. & Howell-White, S. (1996). Becoming married and mental health: A longitudinal study of a cohort of young adults. *Journal of Marriage and the Family*, 58, 895-907.
- Huberman, A. M., & Milles, M. B. (1994). Data management and analysis methods. In N. K. Denzin, & Y. S. Lincoln (Eds.), *Handbook of Qualitative Research* (428-444). Thousand Oaks: Sage Publications.
- Hurlbert, D. F., Apt, C. & Rabehl, S. M. (1993). Key variables to understanding female sexual satisfaction: An examination of women in nondistressed marriages. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 19, 2, 154-164.

Huston, T. L., & Vangelist, A. (1991). Socioemotional behavior and satisfaction in marital relationships: A longitudinal study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 5, 721-733.

Janesick, V. J. (1994). The dance of qualitative research design: Metaphor, methodolatry, and meaning. In N. K. Denzin, & Y. S. Lincoln (Eds.), *Handbook of Qualitative Research* (209-219). Thousand Oaks: Sage Publications.

Johnson, D. J., & Rusbult, C. E. (1989). Resisting temptation: Evaluation of alternative partners as a means of maintaining commitment in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 6, 967-980.

Johnson, D. R., Amoloza, T. O., & Booth, A. (1992). Stability and developmental change in marital quality: A three-wave panel analysis. *Journal of Marriage and the Family*, 54, 582-594.

Josselson, R. (1996). *The Space Between Us - Exploring the Dimensions of Human Relationships*. Thousand Oaks: Sage Publications.

Julien, D., Markman, H., Léveillé, Chartrand, E., & Bégin, J. (1994). Networks' support and interference with regard to marriage: Disclosures of marital problems to confidants. *Journal of Family Psychology*, 8, 1, 16-31.

Julien, D., Tremblay, N., Bélanger, I., Dubé, M., Bégin, J., & Bouthillier, D. (2000). Interaction structure of husbands' and wives' disclosure of marital conflict to their respective best friend. *Journal of Family Psychology*, 14, 2, 286-303.

Kaiser, K. (1993). *When Love Dies: The Process of Marital Disaffection*. New York: The Guilford Press.

Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (1995). Assessing longitudinal change in marriage: An introduction to the analysis of growth curves. *Journal of Marriage and the Family*, 57, 1091-1108.

Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (1997). Neuroticism, marital interaction, and trajectory of marital satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72, 5, 1075-1092.

Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (2000). Attributions in marriage: State or trait? A growth curve analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 2, 295-309.

Karney, B. R., Bradbury, T. N., Fincham, F. D., & Sullivan, K. T. (1994). The role of negative affectivity in the association between attributions and marital satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 413-424.

Karney, B. R., Davila, J., Cohan, C. L., Sullivan, K. T., Johnson, M., & Bradbury, T. N. (1995). An Empirical investigation of sampling strategies in marital research. *Journal of Marriage and the Family*, 57, 909-920.

Kazak, A., Jarmas, A. & Snitzer, L. (1988). The assessment of marital satisfaction: An evaluation of the Dyadic Adjustment Scale, *Journal of Family Psychology*, 2, 1, 82-91.

Kenny, D. A., & Acitelli, L. (1994). Measuring similarity in couples. *Journal of Family Psychology*, 8, 417-431.

Kirkpatrick, L. A., & Shaver, P. R. (1992). An attachment-theoretical approach to romantic love and religious belief. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 18, 3, 266-275.

Kirkpatrick, L. A., & Davis, K. E. (1994). Attachment style, gender, and relationship stability: A longitudinal analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 3, 502-512.

Kluwer, E. S., Heesink, J. A. M. & Van de Vliert, E. (1996). Marital conflict about the division of household labor and paid work. *Journal of Marriage and the Family*, 58, 958-969.

Knee, C. R. (1998). Implicit theories of relationships: Assessment and prediction of romantic relationships initiation, coping, and longevity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 2, 360-370.

Koski, L. R., & Shaver, P. R. (1997). Attachment and relationship satisfaction across the lifespan. In R. J. Sternberg, & M. Hojjat (Eds.), *Satisfaction in Close Relationships* (26-55). New York: The Guilford Press.

Krokoff, L. J. (1987). Recruiting representative samples for marital interaction research. *Journal of Social and Personal Relationships*, 4, 317-328.

Kung, W. W. (2000). The intertwined relationship between depression and marital distress: Elements of marital therapy conducive to effective treatment outcome. *Journal of Marital and Family Therapy*, 26, 1, 51-63.

Kunkel, A., & Burleson, B. R. (1998). Social support and the emotional lives of men and women: An assessment of the different cultures perspective. In D. J. Canary, & K. Dindia (eds.), *Sex Differences and Similarities in Communication - Critical Essays and Empirical Investigations of Sex Gender in Interaction*. London: Lawrence Erlbaum Associates; Publishers.

Kurdeck, L. A. (1993). Predicting marital dissolution: A 5-year prospective longitudinal study of newlywed couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 2, 221-242.

Kurdeck, L. A. (1995). Predicting change in marital satisfaction from husbands' and wives' conflict resolution styles. *Journal of Marriage and the Family*, 57, 153-164.

Larson, J. H., Hammond, C. H. & Harper, J. M. (1998). Perceived equity and intimacy in marriage. *Journal of Marital and Family Therapy*, 24, 4, 487-506.

Larson, J. H., Anderson, S., Holman, T., & Niemann, B. (1998). A longitudinal study of the effects of premarital communication, relationship stability, and self-esteem on sexual satisfaction in the first year of marriage. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 24, 193-206.

Larson, J. H., Peterson, D. J., Heath, V. A., & Birch, P. (2000). The relationship between perceived dysfunctional family-of-origin rules and intimacy in young adult dating relationships. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 26, 161-175.

Latty-Mann, H., & Davis, K. (1996). Attachment and partner choice: Preference and actuality. *Journal of Social and Personal Relationships*, 13, 1, 5-23.

Laurenceau, J.-P., Barrett, L. F., & Pietromonaco, P. R. (1998). Intimacy as an Interpersonal process: The importance of self-disclosure, partner disclosure, and perceived partner responsiveness in interpersonal exchanges. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 5, 1238-1251.

Lebow, J. L. (1999). Building a science of couple relationships: Comments on two articles by Gottman and Levenson. *Family Process*, 38, 2, 167-173.

Lee, A. J. (1988). Love-Styles. In R. Sternberg, & M. Barnes, (Eds.), *The Psychology of Love* (38-67). New York: Yale University.

Lee, G. R., Seccombe, K. & Shehan, C. L. (1991). Marital status and personal happiness: An analysis of trend data. *Journal of Marriage and the Family*, 53, 839-844.

Lemaire, J. (1984). *Le Couple: Sa Vie, Sa Mort*. Paris: Payot.

Lemay, M., (1997), La Dépendance Affective ou Sexuelle a-t-Elle un Sens?, *Revue Sexologique*, 5, 1, 161-202.

Leslie, L. A., & Anderson, E. A. (1988). Men's and women's participation in domestic roles: Impact on quality of life and marital adjustment. *Journal of Family Psychology*, 2, 2, 212-226.

Lessard-Hérbert, M., Goyette, G., & Boutin, G. (1994). *Investigação Qualitativa: Fundamentos e Práticas*. Lisboa: Instituto Piaget.

Levenson, R. W., & Ruef, A. (1992). Empathy: A physiological substrate, *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 2, 234-246.

Levenson, R. W., Carstensen, L. L. & Gottman, J.M. (1994). The influence of age and gender on affect, physiology, and their interrelations: A study of long-term marriage, *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 1, 56-68.

Levin, J. (2000). A prolegomenon to an epidemiology of love: Theory, measurement, and health outcomes. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 19, 1, 117-136.

Levine, S. B. (1991). Psychological intimacy. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 17, 4, 259-267.

Levine, S. B. (1995). On love. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 21, 3, 183-190.

Levinger, G. (1988). Can we picture "Love"? In R. Sternberg, & M. Barnes (Eds.), *The Psychology of Love*, (139-158). New York: Yale University.

- Levinger, G. (1997). Prologue. In R. J. Sternberg, & M. Hojjat (Eds.), *Satisfaction in Close Relationships* (1-4). New York: The Guilford Press.
- Levinger, G., & Huston, T.L. (1990). The Social Psychology of Marriage. In F. D. Fincham, & T. N. Bradbury (Eds.), *The Psychology of Marriage* (19-58). London: The Guilford Press.
- Levy, M. B., & Davis, K. E. (1988). Lovestyles and attachment styles compared: Their relations to each other and to various relationship characteristics. *Journal of Social and Personal Relationships*, 5, 439-471.
- Lindahl, K. M., Malik, M., & Bradbury, T. N. (1997). The Developmental Course of Couples' Relationships. In W. K. Halford, & H. J. Markman (eds.), *Clinical Handbook of Marriage and Couples Intervention*, (203-223). England: Wiley.
- Lipovetsky, G. (2000). *A Terceira Mulher- Permanência e Revolução do Feminino*. Lisboa: Instituto Piaget.
- Lydon, J., Pierce, T., & O'Regan, S. (1997). Coping with moral commitment to long-distance dating relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 1, 104-113.
- Lussier, Y., Sabourin, S., & Wright, J. (1993). On causality, responsibility, and blame in marriage: Validity of the entailment model. *Journal of Family Psychology*, 7, 3, 322-332.
- Malone, T., & Malone, P. (1987). *The Art of Intimacy*. New York: Prentice Hall.
- Markman, H. (1992). Marital and family psychology: Burning issues. *Journal of Family Psychology*, 5, 3 & 4, 264-275.
- Markman, H., Kraft, S. (1989). Men and women in marriage: Dealing with gender differences in marital therapy. *Behavior Therapist*, 12, 3, 51-56.
- Markman, H. J., Renick, M. J., Floyd, F. J., Stanley, S., & Clements, M. (1993). Preventing marital distress through communication and conflict management training: A four-and five-year follow up. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61, 70-77.
- Mason, J. (1998). *Qualitative Researching*. London: Sage Publications.
- Mastekaasa, A. (1992). Marriage and psychological well-being: Some evidence on selection into marriage. *Journal of Marriage and the Family*, 54, 901-911.
- Matthews, L. S., Wickrama, K. A. S., & Conger, R. D. (1996). Predicting marital instability from spouse and observer reports of marital interaction. *Journal of Marriage and the Family*, 58, 641-655.
- McCann, J. T., Biaggio, M. K. (1989). Sexual satisfaction in marriage as a function of life meaning. *Archives of Behavior*, 18, 1, 59-71.
- McCubbin, H. I., Figley, C. R. (1983). *Stress and the Family: Coping with Normative Transitions*. New York: Brunner/Mazel.

Lyons, E., Montel, K., McCullough, M. E., Worthington, E. L. & Rachal, K. C. (1997). Interpersonal forgiving in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 2, 321-336.

Lyons, E., Montel, K., McCullough, M. E., Sandage, S. J., Brown, S. W., Rachal, K. C., Worthington, E. Jr., & Hight, T. (1998). Interpersonal forgiving in close relationships: II. Theoretical elaboration and measurement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 6, 1586-1603.

McGuirl, K. E., & Wiederman, M. W. (2000). Characteristics of the ideal sex partner: Gender differences and perceptions of the preferences of the other gender. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 26, 153-159.

Meeks, B. S., Hendrick, S. S. & Hendrick, C. (1998). Communication, love and relationship satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15, 6, 755-773.

Mena-Matos, P., Barbosa, S., & Costa, M. E. (2001). Avaliação da vinculação amorosa em adolescentes e jovens adultos: construção de um instrumento e estudos de validação. *Revista Oficial da la Asociación Iberoamericana de Diagnóstico y evaluación psicológica*, 11, 1, 93-109.

Miller, G. E., & Bradbury, T. (1995). Refining the association between attributions and behavior in marital interaction. *Journal of Family Psychology*, 9, 196-208.

Miles, M. B., Huberman, A. M., (1985), *Qualitative Data Analysis: A sourcebook of new methods*. London: Sage Publications.

Mikulincer, M. (1998). Attachment working models and the sense of trust: An exploration of interaction goals and affect regulation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 5, 1209-1224.

Mikulincer, M., Florian, V. (1999). The association between spouses' self-reports of attachment styles and representations of family dynamics. *Family Process*, 38, 69-83.

Miller, R. B., & Wright, D. W. (1995). Detecting and correcting attrition bias in longitudinal family research. *Journal of Marriage and the Family*, 57, 921-929.

Minuchin, S. (1974). *Famílias, Funcionamento e Tratamento*. Porto Alegre: Artes Médicas.

Minuchin, S. (1981). *Family Therapy Techniques*. Cambridge: Harvard University Press.

Moon, S., Dillon, D., Sprenkle, D., (1990). Family therapy and qualitative research, *Journal of Marital and Family Therapy*. October.

Morin, E. (1984). *O Problema Epistemológico da Complexidade*. Lisboa: Publicações Europa-América.

Morin, E. (1994). *Ciência com Consciência*. Lisboa: Publicações Europa-América.

- Morin, E. (1995). *Os Meus Demónios*, Lisboa: Publicações Europa-América.
- Morokoff, P. J., Quina, K., Harlow, L. L., Whitmire, L., Grimley, D. M., Gibson, P. R., Burkholder, G. J. (1997). Sexual Assertiveness Scale (SAS) For Women: Development and validation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 4, 790-804.
- Morse, J. M. (1994). Designing funded qualitative research. In N. K. Denzin, & Y. S. Lincoln (Eds.), *Handbook of Qualitative Research* (220-235). Thousand Oaks: Sage Publications.
- Morse, J. (1997). Considering theory derived from qualitative research. In J. Morse, *Completing a qualitative project - Details and Dialogue* (163-190). London: Sage Publications.
- Murray, S. L., & Holmes, J. G. (1994). Storytelling in close relationships: The construction of confidence. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20, 6, 650-663.
- Murray, S. L., & Holmes, J. G. (1996). The Construction of relationships realities. In G. J. Fletcher & J. Fitness (eds.), *Knowledge Structures in Close Relationships - A Social Psychological Approach* (91-120). New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Murray, S. L., Holmes, J. G., & Griffin, D. W. (1996). The benefits of positive illusions: Idealization and the construction of satisfaction in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 79-98.
- Murstein, B. I. (1988). A Taxonomy of Love. In R. Sternberg, & M. Barnes (Eds.), *The Psychology of Love* (13-37). New York: Yale University.
- Narciso, I. (1994). *Metamorfoses do Amor e da Satisfação Conjugal. Trabalho de síntese no âmbito das Provas de Aptidão Pedagógica e Capacidade Científica* (não publicado), F.P.C.E.U.L.
- Narciso, I., Costa, M. E. (1996). Amores satisfeitos mas não perfeitos. *Cadernos de Consulta Psicológica*, 12, 115-130.
- Neill, J. R., Kniskern, D. P. (1982). Marital therapy. In J. R. Neill, & D. P. Kniskern, *From Psyche to System* (163-208). New York: The Guilford Press.
- Nelson, E. S., Hill-Barlow, D. & Benedict, J. O. (1994). Addiction versus intimacy as related to sexual involvement in a relationship. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 20, 1, 35-44.
- Nock, S. L. (1995). Commitment and dependency in marriage. *Journal of Marriage and the Family*, 57, 503-514.
- Noller, P. (1987). Nonverbal communication in marriage. In D. Perlman, & S. Duck. (Eds.), *Intimate Relationships- Development, Dynamics, and Deterioration* (149-176). Newbury Park: Sage Publication.
- Noller, P., Beach, S. & Osgarby, S. (1997). Cognitive and affective processes in marriage, In W. K. Halford, & H. J. Markman (eds.), *Clinical Handbook of Marriage and Couples Intervention* (43-71). England: Wiley.

Notarius, C. I., Lashley, S. L., & Sullivan, D. J. (1997). Angry at your partner? Think again. In R. J. Sternberg, & M. Hajjat (Eds.), *Satisfaction in Close Relationships*, (219-248). New York: The Guilford Press.

Nowinski, J. (1988). *A Lifelong Love Affair: Keeping Sexual Desire Alive in Your Relationship*. New York: W.W. Norton & Company.

Oatley, K., & Bolton, W. (1985). A Social-cognitive theory of depression in reaction to life events. *Psychological Review*, 92, 3, 372-388.

Olson, D. H., Portner, J., & Lavee, Y. (1985). FACES III. *Family Social Science*. University of Minnesota.

Orbuch, T. L., Veroff, J. & Holmberg, D. (1993). Becoming a married couple: The emergence of meaning in the first years of marriage, *Journal of Marriage and the Family*, 55, 815-826.

→ Orbuch, T. L., House, J. S., Mero, R. P., & Webster, P. S. (1996). Marital Quality over the Life Course, *Social Psychology Quarterly*, 59, 2, 162-171.

Oskamp, S. (1987). *Family Processes and Problems: Social Psychology Aspects*. Newbury Park: Sage Publications.

Paley, B. et al (1999). Attachment and marital functioning: Comparison of spouses with continuous-secure, earned-secure, dismissing, and preoccupied attachment stances. *Journal of Family Psychology*, 13, 4, 580-597.

Pasch, L. A., Bradbury, T. N. (1998). Social support, conflict, and the development of marital dysfunction. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 66, 2, 219-230.

Pasini, W. (1992). *La Qualité des Sentiments*. Paris: Ed. Payot.

Patton, M. Q. (1978). *Qualitative Research Methods*. London: Sage Publications.

Peele, S. (1988). Fools for love: The romantic ideal, psychological theory, and addictive love, In R. Sternberg, & M. Barnes (Eds.), *The Psychology of Love* (159-190). New York: Yale University.

Perlman, D., Fehr, B. (1987). The development of intimate relationships. In D. Perlman, & S. Duck (Eds.), *Intimate Relationships- Development, Dynamics, and Deterioration* (13-42). Newbury Park: Sage Publication.

Pina Prata, F. X. (1980). Ópticas e estratégias de terapia familiar. *Cadernos de Terapia Familiar e Comunitária*, vol. 1. Lisboa: A P. T. E. F. C..

Pina Prata, F. X. (1981). Patologia organizacional, patologia familiar e sistémica inter-relacional. *Cadernos de Terapia Familiar e Comunitária*, vol.1. Lisboa: A.P. T. E. F. C.

Pina Prata, F. X. (1990). Apontamentos da cadeira de Terapia Familiar Sistémica e Metodologias Psicoterapêuticas: F. P. C. E. U. L. (não publicado).

Pina Prata, F. X. (1991). As encruzilhadas do pedido de terapia Familiar (não publicado).

Pina, D. L., & Bengston, V. L. (1993). The division of household labor and wives' happiness: Ideology, employment, and perceptions of support. *Journal of Marriage and the Family*, 55, 901-912.

Pines, A. M., & Friedman, A. (1998). Gender differences in romantic jealousy. *Journal of Social Psychology*, 138, 1, 54-71.

Pinsof, W., (1992). Toward a scientific paradigm for family psychology: The integrative process systems perspective. *Journal of Family Psychology*, vol.5, 3, 4, 432-447.

Piotrowski, C. S., Rapoport, R. N., & Rapoport, R. (1987). Families and work. In M. B. Sussman, & S. K. Steinmetz (Eds.). *Handbook of Marriage and the Family* (251-275). New York: Plenum Press.

Pistole, C., (1989). Attachment in adult romantic relationships: Style of conflict resolution and relationship satisfaction, *Journal of Social and Personal Relationships*, 6, 505-510.

Pistole, C., (1994). Adult attachment styles: Some thoughts on closeness-distance struggles. *Family Process*, 33, 147-159.

Pittman, J. F., & Blanchard, D. (1996). The effects of work history and timing of marriage on the division of household labor: A life-course perspective. *Journal of Marriage and the Family*, 58, 78-90.

Popper, K. (1995). *Sociedade Aberta Universo Aberto*. Lisboa: Publicações Dom Quixote.

Popper, K., & Lorenz, K. (1990). *O Futuro Está Aberto*. Lisboa: Fragmentos.

Prigogine, I. (1999). *O Nascimento do Tempo*. Lisboa: Edições 70.

Prigogine, I., & Stengers, I. (1990). *Entre o Tempo e a Eternidade*. Lisboa: Gradiva.

Purnine, D. M., & Carey, M. P. (1997). Interpersonal communication and sexual adjustment: The roles of understanding and agreement. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 65, 6, 1017-1025.

Quinn, W. H., & Odell, M. (1998). Predictors of marital adjustment during the first two years. *Marriage & Family Review*, 27, 1/2, 113-128.

Quivy, R., & Campenhoudt, L. V., (1992). *Manual de investigação em ciências sociais*. Lisboa: Gradiva.

Rampage, C. (1994). Power, gender, and marital intimacy. *Journal of Family Therapy*, 16, 125-137.

- Rankin-Esquer, L. A., Burnett, C. K., Baucom, D. H., & Epstein, N. (1997). Autonomy and relatedness in marital functioning. *Journal of Marital and Family Therapy*, 23, 2, 175-190.
- Regan, P. C., & Sprecher, S. (1995). Gender differences in the value of contributions to intimate relationships: Egalitarian relationships are not always perceived to be equitable. *Sex Roles*, 33, 3, 221-237.
- Reis, H. T. (1990). The role of intimacy in interpersonal relations. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 9, 1, 15-30.
- Reis, H. T. (1998). Gender differences in intimacy and related behaviors: Context and process. In D. Canary, & K. Dindia, *Sex Differences and Similarities in Communication - Critical Essays and Empirical Investigations of Sex and Gender in Interaction*. London: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers.
- Reis, E., Melo, P., Andrade, R., & Calapez, T. (1996). *Estatística Aplicada*. Lisboa: Edições Sílabo.
- Relvas, A. P. (1996). *O Ciclo Vital da Família - Perspectiva Sistémica*. Porto: Edições Afrontamento.
- Ribeiro, M. S., Sampaio, D., & Amaral, J. P. (1991). *Que Divórcio? Aspectos Psicológicos, Sociais e Jurídicos*. Lisboa: Edições 70.
- Richards, T. J., & Richards, L. (1994). Using Computers in Qualitative Research. In N. K. Denzin, & Y. S. Lincoln (Eds.), *Handbook of Qualitative Research* (445-462). Thousand Oaks: Sage Publications.
- Richards, T. J., & Richards, L. (1996). *Qualitative Solutions and Research - Non-Numerical Unstructured Data Indexing Searching and Theorizing*. Melbourne: Sage Publications.
- Richardson, D. R., Hammock, G., Lubben, T., & Mickler, S. (1989). The relationship between love attitudes and conflict responses. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 8, 4, 430-441.
- Roberts, T. W. (1992). Sexual attraction and romantic love: Forgotten variables in marital therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*, 18, 4, 357-364.
- Rogers, R. G. (1995). Marriage, sex, and mortality. *Journal of Marriage and the Family*, 57, 515-526.
- Rook, K. S. (1987). Social support versus companionship: Effects on life stress, loneliness, and evaluations by others. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 6, 1132-1147.
- Ross, C. E. (1995). Reconceptualizing marital status as a continuum of social attachment. *Journal of Marriage and the Family*, 57, 129-140.
- Ross, C. E., Mirowski, J., & Goldsteen, K. (1990). The impact of the family on health: A decade in review. *Journal of Marriage and the Family*, 52, 1059-1078.

- Rougemont, D. (1968). *O Amor e o Ocidente*. Lisboa: Morais Editores.
- Rusbult, C. E. (1987). Responses to dissatisfaction in close relationships: The Exit-Voice-Loyalty-Neglect Model. In D. Perlman, & S. Duck (Eds.), *Intimate Relationships-Development, Dynamics, and Deterioration*, (209-238). Newbury Park: Sage Publication.
- Rusbult, C. E., Onizuka, R. K. & Lipkus, I. (1993). What do we really want?: Mental models of ideal romantic involvement explored through multidimensional scaling. *Journal of Experimental Social Psychology*, 29, 493-527.
- Rusbult, C. E., Yovetich, N., Verette, J. (1996). An interdependence analysis of accomodation process. In G. J. Fletcher, & J. Fitness (eds.), *Knowledge Structures in Close Relationships - A Social Psychological Approach* (63-90). New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Rusbult, C. E., Verette, J., Whitney, G. A, Slovick, L. F., & Lipkus, I. (1991). Accommodation processes in close relationships: Theory and preliminary empirical evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 1, 53-78.
- Sagrestano, L., Heavy, C., Christensen, A., (1998). Theoretical approaches to understanding Sex differences and similarities in conflict behavior. In D. Canary, & K. Dindia (eds.), *Sex Differences and Similarities in Communication - Critical Essays and Investigations of Sex and Gender in Interaction* (287-302). London: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Salomé, L-A. (1990). *Eros*. Lisboa: Relógio d'Água.
- Sanders, M. R., Nicholson, J. J., & Floyd, F. (1997). Couples' relationships and children. In W. K. Halford, & H. J. Markman (eds.), *Clinical Handbook of Marriage and Couples Intervention*, (225- 253). England: Wiley.
- Sandberg, J. G., & Harper, J. M. (1999). Depression in mature marriages: Impact and implications for marital therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*, 25, 3, 393-406.
- Sanford, K. (1997). Two dimensions of adult attachment: further validation. *Journal of Social and Personal Relationships*, 14, 1, 133-143.
- Satir, V. (1972). *Pour Retrouver L'Harmonie Familiale*. Paris: Jean-Pierre Delarge.
- Satir, V. (1978). *Your Many Faces: The First Step to Being Loved*, Berkeley, California: Celestial Arts.
- Scanzoni, J., Polonko, K., Teachman, J., & Thompson, L. (1989). *The Sexual Bond-Rethinking Families and Close Relationships*. Newbury Park: Sage Publications.
- Schackelford, T., & Buss, D. (1997), Spousal esteem, *Journal of Family Psychology*, vol.11, 4, 478-488.
- Scharfe, E., & Bartholomew, K. (1995). Accommodation and attachment representations in young Couples. *Journal of Social and Personal Relationships*, 12, 3, 388-402.

Schmaling, K.B., & Sher, T. (1997). Physical health and relationships, In W. K. Halford, & H. J. Markman (eds.), *Clinical Handbook of Marriage and Couples Intervention* (323- 345). England: Wiley.

Schmaling, K. B., Whisman, M. A., Fruzzetti, A. E., & Truax, P. (1991). Identifying areas of marital conflict: Interactional behaviors associated with depression. *Journal of Family Psychology*, 5, 2, 145-157.

Schnarch, D. M. (1991). *Constructing the Sexual Crucible: An Integration of Sexual and Marital Therapy*. New York: W. W. Norton.

Seidman, I. E. (1991). *Interviewing as Qualitative Research - A Guide for Researchers in Education and the Social Sciences*. New York: Teachers College Press.

Shackelford, T. K., & Buss, D. M. (1997). Marital satisfaction in evolutionary psychological perspective. In R. J. Sternberg, & M. Hojjat (Eds.), *Satisfaction in Close Relationships* (7-25). New York: The Guilford Press.

Sharpsteen, D. J., & Kirkpatrick, L. A. (1997). Romantic jealousy and adult romantic attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72, 3, 627-640.

Shaver, P., Hazan, C. & Bradshaw, D. (1988). Love as attachment: The integration of three behavioral systems. In R. Sternberg, & M. Barnes (Eds.), *The Psychology of Love* (68-99). New York: Yale University.

Shaver, P. R., Papalia, D., Cark, C., Koski, L. R., Tidwell, M. C., & Nalbone, D. (1996). Androgyny and attachment security: Two related models of optimal personality. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22, 6, 582-597.

Showers, C. J., & Kevlyn, S. B. (1999). Organization of knowledge about a relationship partner: Implications for liking and loving. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 5, 958-971.

Simpson, J. A. (1990). Influence of attachment styles on romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 5, 971-980.

Simpson, J.A., Gangestad, S. W., & Lerma, M. (1990). Perception of physical attractiveness: Mechanisms involved in the maintenance of romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 6, 1192-1201.

Skinner, R., & Cleese, J. (1990). *Famílias e Como Viver Com Elas*. Porto: Afrontamento.

Solomon, R. C. (1990). *Love: Emotion, Myth, and Metaphor*. New York: Prometheus Books

Solomon, D. H., & Samp, J. A. (1998). Power and problem appraisal: Perceptual foundations of the chilling effect in dating relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15, 2, 191-209.

Sorrentino, R. M., Holmes, J. G., Hanna, S. E., & Sharp, A. (1995). Uncertainty orientation and trust in close relationships: Individual differences in cognitive styles. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 314-327.

Sperling, M., & Berman, W. (1994). *Attachment In Adults - Clinical and Development Perspectives*. London: The Guilford Press.

Sprecher, S. (1999). "I Love You Today Than Yesterday": Romantic partners' perceptions of changes in love and related affect over time. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 1, 46-53.

Sprecher, S., & Feilmee, D. (1992). The influence of parents and friends on the quality and stability of romantic relationships: A three-wave longitudinal investigation. *Journal of Marriage and the Family*, 54, 888-900.

Sprecher, S. & Metts, S. (1999). Romantic beliefs: their influence on relationships and patterns of change over time. *Journal of Social and Personal Relationships*, 16, 6, 834-851.

Stafford, L., & Canary, D. J. (1991). Maintenance strategies and romantic relationship type, gender and relational characteristics. *Journal of Social and Personal Relationships*, 8, 217-242.

Stake, R. E. (1994). Case Studies. In N. K. Denzin, & Y. S. Lincoln (Eds.), *Handbook of Qualitative Research* (236-247). Thousand Oaks: Sage Publications.

Stanley, S. M., & Markman, H. J. (1992). Assessing commitment in personal relationships. *Journal of Marriage and the Family*, 54, 595-608.

Steil, J. M. (1997). *Marital Equality*, Thousand Oaks: Sage Publications.

Steil, J. M., & Turetsky, B. A. (1997). Is equal better? The relationship between marital equality and psychological symptomatology. In S. Oskamp (Ed.), *Family Processes and Problems: Social Psychology Aspects* (73-97). Newbury Park: Sage Publications.

Stendhal (1978). *Do amor*. Porto: Portugal Press.

Stephen, T. (1986). Communication and interdependence in geographically separated relationships. *Human Communication Research*, 13, 2, 191-210.

Sternberg, R. J. (1988). Triangulating love. In R. Sternberg, & M. Barnes (Eds.), *The Psychology of Love* (119-138). New York: Yale University.

Sternberg, R., (1995). The Social construction of love. *Journal of Social and Personal Relationships*, vol.12 (3), 420-438.

Sternberg, R. J. (1997). Construct validation of a Triangular Love Scale. *European Journal of Social Psychology*, 27, 313-335.

Sternberg, R. (1998). *Cupid's Arrow: The Course of Love Through Time*. Cambridge: Cambridge University Press.

Storaasli, R. D. (1990). Relationship problems in the early stages of marriage: A longitudinal investigation. *Journal of Family Psychology*, 4, 1, 80-98.

Strauss, A., & Corbin, J. (1994). Grounded theory methodology: An overview. In N. K. Denzin, & Y. S. Lincoln (Eds.), *Handbook of Qualitative Research* (273-285). Thousand Oaks: Sage Publications.

Suitor, J. J. (1991). Marital quality and satisfaction with the division of household labor across the family life cycle. *Journal of Marriage and the Family*, 53, 221-230.

Swann Jr., W. B., De La-Ronde, C. & Hixon, J. G. (1994). Authenticity and positivity strivings in marriage and courtship. *Journal of Personality and Psychology*, 66, 5, 857-869.

Szinovacz, M. (1987). Family power. In M. B. Sussman, & S. K. Steinmetz (Eds.), *Handbook of Marriage and the Family* (651-683). New York: Plenum Press.

Talmadge, L. D., & Dabbs Jr., J. M. (1990). Intimacy, conversational patterns, and concomitant cognitive/emotional processes in couples. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 9, 4, 473-488.

Thomas, G., Fletcher, G. J. O., & Lange, C. (1997). On-line empathic accuracy in marital interaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72, 4, 839-850.

Thompson, B. M. (1997). Couples and work-family interface. In W. K. Halford, & H. J. Markman (eds.), *Clinical Handbook of Marriage and Couples Intervention* (273-290). England: Wiley.

Thompson, L. (1988). Women, men, and marital quality (comment). *Journal of Family Psychology*, 2, 1, 95-100.

Turgeon, L., Julien, D., & Dion, E. (1998). Temporal linkages between wives' pursuit and husbands' withdrawal during marital conflict. *Family Process*, 37, 323-334.

Twiggs, J. E., McQuillan, J., & Ferree, M. M. (1999). Meaning and measurement: Reconceptualizing measures of the division of household labor. *Journal of Marriage and the Family*, 61, 712-724.

Tzeng, O. C. S. (1993). *Measurement of Love and Intimate Relations: Theories, Scales, and Applications for Love Development, Maintenance, and Dissolution*. London: Praeger.

Vaillant, C. O., & Vaillant, G. E. (1993). Is the U-curve of marital satisfaction an illusion? A 40-year study of marriage. *Journal of Marriage and the Family*, 55, 230-239.

Van Lange, P. A. M., & Rusbult, C. E. (1995). My relationship is better than - and not as bad as - yours is: The perception of superiority in close relationships. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21, 32-44.

Van Lange, P. A. M., Drigotas, S. M., Rusbult, C. E., Arriaga, X. B., Witcher, B. S., & Cox, C. L. (1997). Willingness to sacrifice in close relationships: *Journal of Personality and Social Psychology*, 72, 6, 1373-1395.

Vanzetti, N. A., Notarius, C. I., & NeeSmith, D. (1992). Specific and generalized expectancies in marital interaction. *Journal of Family Psychology*, 6, 2, 171-183.

Voydanoff, P., & Donnelly, B. W. (1999). The intersection of time in activities and perceived unfairness in relation to psychological distress and marital quality. *Journal of Marriage and the Family*, 61, 739-751.

Walsh, A. (1991). *The Science of Love*. New York: The Guilford Press.

Walsh, F. (1982). *Normal Family Processes*. New York: The Guilford Press.

Walsh, V. L., Baucom, D. H., Tyler, S., & Sayers, S. L. (1993). Impact of message valence, focus, expressive style, and gender on communication patterns among maritally distressed couples. *Journal of Family Psychology*, 7, 2, 163-175.

Ward, M. (1995). Butterflies and bifurcations: Can chaos theory contribute to our understanding of family systems?. *Journal of Marriage and the Family*, 57, 629-638.

Watzlawick, P. (1978). *Le Langage du Changement: Éléments de Communication Thérapeutique*. Paris: Éditions du Seuil.

Watzlawick, P. (1991). *A Realidade é Real ?*. Lisboa: Relógio D'Água.

Watzlawick, P., Beavin, J., & Jackson, D. (1981). *Pragmática da Comunicação Humana - Um Estudo dos Padrões, Patologias e Paradoxos da Interação*. São Paulo: Cultrix.

Weiss, R. L., & Heyman, R. E. (1990). Observation of marital interaction. In F. D. Fincham, & T. N. Bradbury (Eds.), *The Psychology of Marriage* (87-117). London: The Guilford Press.

Weiss, R. L., & Heyman, R. E. (1997). A clinical-research overview of couples interactions. In W. K. Halford, & H. J. Markman (eds.), *Clinical Handbook of Marriage and Couples Intervention*, (13-41). England: Wiley.

West, M., & Sheldon-Keller, E. (1994). *Patterns of Relating - An Adult Attachment Perspective*. New York: The Guilford Press.

Whisman, M. A. (1997). Satisfaction in Close Relationships: Challenges for the 21st Century. In R. J. Sternberg, & M. Hojjat (Eds.), *Satisfaction in Close Relationships* (385-410). New York: The Guilford Press.

Whisman, M. A., & Allan, L. E. (1996). Attachment and social cognition theories of romantic relationships: Convergent or complementary perspectives?. *Journal of Social and Personal Relationships*, 13, 2, 263-278.

Whisman, M. A., & Jacobson, N. (1990). Power, marital satisfaction, and response to marital Therapy. *Journal of Family Psychology*, 4, 2, 202-212.

Whitaker, C. Bumbery, W. (1990). *Dançando com a Família*. Porto Alegre: Artes Médicas.

White, L. K. (1990). Determinants of divorce: A Review of research in the eighties. *Journal of Marriage and the Family*, 52, 904-912.

Willi, J. (1997). The significance of romantic love for marriage. *Family Process*, 36, 171-182.

Williams, W. M., & Barnes, M. L. (1988). Love within life. In R. Sternberg, & M. Barnes (Eds.), *The Psychology of Love*, (311-329). New York: Yale University.

Wilson, H., & Hutchinson, S. (1997). Presenting qualitative research up close - Visual literacy in poster presentations. In J. Morse (ed.), *Completing a qualitative project - Details and Dialogue* (63-86). London: Sage Publications.

Witkin, S. L. (1989). Scientific ideology and women: Implications for marital research and therapy. *Journal of Family Psychology*, 2, 4, 430-446.

Wieselquist, J., Rusbult, C. E., Foster, C. A., & Agnew, C. R. (1999). Commitment, pro-relationship behavior, and trust in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77, 5, 942-966.

Worthington, E. L., & Buston, B. G. (1986). The marriage relationship during the transition to parenthood. *Journal of Family Issues*, vol.7, 4, 443-473.

Yin, R. K. (1989). *Case Study Research, Design and Methods*. Newbury Park: Sage Publications.

Young, A. M., & Acitelli, L. K. (1998). The role of attachment style and relationship status of the perceiver in the perceptions of romantic partner. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15, 2, 161-173.

Yovetich, N. A., & Rusbult, C. E. (1994). Accommodative behavior in close relationships: Exploring transformation of motivation. *Journal of Experimental Social Psychology*, 30, 138-164.

Zak, A. M., Gold, J. A., Ryckman, R., & Lenney, E. (1998). Assessments of trust in intimate relationships and the self-perception process. *Journal of Social Psychology*, 138, 2, 217-228.

→ Zietlow, P. H., & Vanlear, Jr. C. A. (1991). Marriage duration and relational control: A study of developmental patterns. *Journal of Marriage and the Family*, 53, 773-785.

Zuo, J. (1992). The reciprocal relationship between marital interaction and marital happiness: a three-wave study. *Journal of marriage and the family*, 54, 870-878.

Zvonkovic, A. M., Greaves, K. M., Schmiede, C. J., & Hall, L. D. (1996). The marital construction of gender through work and family decisions: A qualitative analysis. *Journal of Marriage and the Family*, 58, 91-100.

Resumo

Esta investigação insere-se no contexto da Psicologia da Família, e tem como finalidade última o estudo da conjugalidade, particularmente, da satisfação e qualidade conjugal.

Distinguimos dois objectivos gerais: (1) compreender a natureza complexa e não linear da satisfação conjugal, e (2) conceber e utilizar um sistema de análise da satisfação e qualidade conjugal congruente com a natureza complexa da satisfação e qualidade conjugal.

Foi realizada uma extensa revisão da literatura sobre o tema, e um estudo empírico baseado numa metodologia qualitativa - *grounded theory* com estudo comparativo de casos -, utilizando-se uma amostra de trinta e um casais satisfeitos (sessenta e dois participantes), organizados segundo três tempos diferentes de casamento (menos de sete anos; entre sete e treze anos; e mais de treze anos de casamento). Os métodos de recolha de dados consistiram numa entrevista semi-estruturada e em três escalas de auto-avaliação, uma relativa a padrões de vinculação amorosa, e duas sobre satisfação conjugal. Tentou-se criar um sistema de análise de dados que respeitasse a natureza complexa da satisfação e da qualidade conjugal.

O nosso estudo revelou: (1) que os processos comportamentais, cognitivos e afectivos estão fortemente entretecidos, sendo que a intimidade e o compromisso pessoal parecem situar-se num nível de abstracção superior; (2) que o nosso sistema de análise tornou possível discriminar dois grupos entre a amostra de trinta e um casais satisfeitos: um grupo que designámos por *grupo sem risco* - com níveis elevados de qualidade conjugal positiva e de satisfação conjugal -, e um segundo grupo que denominámos por *grupo de risco* - caracterizado por uma mudança negativa na qualidade e satisfação conjugal; (3) um padrão de qualidade conjugal nos casais satisfeitos caracterizado por uma qualidade positiva dos processos comportamentais, cognitivos e afectivos; (4) que não existem muitas diferenças significativas entre os casais satisfeitos com diferentes tempos de casamento, principalmente, no designado *grupo sem risco*.

Resume

The present investigation, inserted in the field of Family Psychology, has as an ultimate purpose the study of marital life - particularly, the marital satisfaction and quality.

We have two general aims: (1) to understand the complex and non-linear nature of marital satisfaction, and (2) to conceive and use a marital satisfaction and quality analyse system which respects the complex nature of marital satisfaction and quality.

To reach our aims we have realized an extensive literature revision, and an empirical study based on a qualitative methodology - *grounded theory* with a comparative cases study - with a sample of thirty one satisfied couples (sixty two participants) organized in three different times of marriage (less than seven years of marriage; between seven and thirteen years of marriage; and more than thirteen years of marriage). As methods of collecting data we have used a semi-structured interview, and also three self-reported scales, one about attachment patterns, and two about marital satisfaction. We have tried to conceive a data analyse system which respects the complex nature of marital satisfaction and quality.

Our study revealed: (1) that the behavior, cognitive and affective processes are strongly intertwined, and that intimacy and personal commitment seems to be in a superior level of abstraction; (2) that our analyse system made possible to discriminate two groups among the thirty one satisfied couples: a group which we named *group without risk* - with high levels of positive marital quality and marital satisfaction - and a second group which we named *group with risk* - characterized by a negative change in marital quality and satisfaction; (3) a marital quality pattern among the satisfied couples characterized by a positive quality of the behavior, cognitive and affective processes; (4) that there aren't many meaningful differences among the satisfied couples with different times of marriage, mainly in the *group without risk*.



Reprodução e Encadernação



Colibri – Soc. de Artes Gráficas, Lda.
Faculdade de Letras de Lisboa
Alameda da Universidade
1600-214 Lisboa
Tel./Fax: 21 796 40 38
colibri@edi-colibri.pt